

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں اور ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

لاہور

ماہنامہ عبقری®

اکتوبر 2007ء بمطابق رمضان المبارک 1428 ہجری

بازوق مردوں اور یادگار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

ناممکن روحانی مشکلات

لا علاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

16

قصصی غار

● اپنے جیون ساتھی کو چڑانے اور پریشان کرنے والی باتیں

● جنات کی پراسرار لذیذ ضیافت

● صرف تین شب میں سخت مشکل فوری ختم

● لال چاول کھائیے، موٹاپا اور امراض بھگائیے

● اسم ذات کے طلسماتی اور ماورائی خفیہ اثرات و ثمرات

● ماسی ریشم اور قدرت کا انوکھا انتقام

● دیران چہروں کو شادمانی بخشنے والی ایک مسنون دعا

● بندوق کی گولی سے ڈلیوری کیسے آسان ہوئی

● ایک پٹواری کی قبر جو اللہ کا ولی تھا

● جنسی زندگی اور صحت مند مردوں کی عادات

فہرست مضامین

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
(20)	جسمانی بیماریوں کا شرابی علاج	(2)	بات بات پر ایمان کی بازی نہ لگایا کرو۔
(22)	صرف تین شب میں سخت مشکل فوری ختم	(3)	درس ہدایت
(23)	اذیت ناک بیماریاں ایک گھنٹہ سے ختم	(4)	خوشیاں آپ کو دیکھ کر مسکرائیں
(24)	ماسی ریشم اور قدرت کا انوکھا انتقام	(6)	بچے کو شخصیت بھارنے کا موقع دیں
(25)	زندگی کے جملہ مسائل کے لیے ایک نہایت موثر اور آسان وظیفہ	(7)	ہجر جسم اور سر بزمحت کے راز
(26)	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج	(8)	عبقری کے بچوان ڈانٹے اور مہک کے ساتھ
(28)	پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک	(9)	اسم ذات کے طلسماتی اور ادراکی خفیہ اثرات و ثمرات
(29)	آئین مل کر دعا کریں۔	(10)	رنگوں سے خوشگوار اور تروتازہ زندگی کی تلاش
(30)	کالی دنیا کالے عامل اور زلی کالی مشکلات	(11)	خواتین پوچھتی ہیں؟
(31)	کازوال اور ترآن کی طاقت کا کمال	(12)	عاشقان دیدار رسول ﷺ کے لیے پانچ خوشخبریاں اور وظیفے
(32)	جنات کی پراسرار لہ بڑھیاقت	(13)	نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ نفسی علاج
(33)	حسین عورت کو دیکھ کر بے ہوش ہو گیا	(14)	دانتوں کی حفاظت کا سوسالہ نسخہ کیمیا
(34)	فیصل ڈاکو سے فیصل قلندر تک	(15)	آپ کا خواب اور روشن تعبیر
(36)	قارئین کی خصوصی تحریریں	(16)	بری موت سے بچنے کا ایک نبوی ﷺ نسخہ
(37)	جنسی زندگی اور صحت مند مردوں کی عادات	(17)	داوی اماں کی چاری سے نانی اماں کے ٹوکوں سے
(39)	کھلانے اور پلانے والی مسنون دعا کا شکریہ	(18)	کون ہے جو شیطان سے پناہ چاہتا ہو؟
	ماپوں اور لاعلاج مریضوں کے لیے آزمودہ اور پرتاثير دوائیں	(19)	گریپ فروٹ کا نام سن کر منہ نہ بنائیں۔

عَبْقَرِيَّ حَسَانٍ اَفَّيَّ فَيَايَ الْاَءِ رَبُّكُمَا تُكَذِّبُنِ (۱) القرآن

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ بخویری عبقری مجذوب رحمۃ اللہ علیہ

جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمۃ اللہ علیہ

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ مفتی دامت برکاتہم العالیہ

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم العالیہ (پہلے)

شمارہ نمبر 4 جلد نمبر 2 اکتوبر 2007ء مطابق رمضان المبارک 1428ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

لاہور
عبقری
ماہنامہ
اکتوبر 2007ء

روحانی و جسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوب چغتائی

حکیم محمد خالد محمود چغتائی، قتل الہی شہسی، حاجی میاں محمد طارق
قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

مجلس مشاورت

قیمت فی شمارہ اندرون ملک سالانہ (مع ڈاک خرچ) بیرون ملک سالانہ (مع ڈاک خرچ)
15 روپے 180 روپے 40 امریکی ڈالر

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ ذریعہ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ٹھہریے پہلے اسے پڑھیے: اگر آپ "ماہنامہ" عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا ذریعہ سالانہ -180 روپے ہے۔ اور ہر سالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری درج ہوتا ہے۔ اگر ذریعہ سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -180 روپے مئی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور مئی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ کیم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گزارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے۔ اور بار بار ایسا اتفاق بھی ہوا ہے۔ کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ پیش ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بی بی شال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو بیارحمت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں..... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

مستقل دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3، مرنگ چوکی، قریب چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website: www.ubqari.net
Email: ubqari@hotmail.com

بات بات پر ایمان کی بازی نہ لگایا کرو۔

کامل ایمان کیا ہے ؟

اللہ کو سامنے رکھ کر اس کے دھیان کے ساتھ دنیا کا کام بھی اس کے پیارے حبیب محمد مصطفیٰ احمد مجتبیٰ ﷺ کے طرز طریق پر دین بن جاتا ہے۔

ایمان، کامل جب ہوتا ہے جب غیب پر مشاہدہ سے زیادہ یقین رکھا جائے جو دیکھ کر ایمان لایا اس کا اپنی آنکھوں پر ایمان ہوا۔ اور جو غیب پر ایمان لایا اس کا یقین اللہ پر ہوا اور اس کے رسول ﷺ پر اور اس کی کتاب پر ہو، یہی معنی ہیں۔ (آیت) یومنون بالغیب کے!

نبی کریم ﷺ کا فرمان عالیشان ہے۔ ”بات بات پر ایمان کی بازی نہ لگایا کرو! یہ نہ کہو میں ایمان سے کہتا ہوں کہ یہ یونہی ہے۔ اگر جھوٹ کہے گا تو ایمان نکل جائے گا اور اگر سچ بھی کہے گا تو بھی ایمان کمزور ہو جائے گا۔“

لا الہ کے ذریعے غلط یقینوں کو دل سے نکالا جائے اور لا اللہ سے صحیح یقین اللہ کی ذات عالی پر جمایا جائے جیسے تختی پر کوئی غلط املا لکھی ہو تو استاد اسے پہلے مٹانے کا حکم دیتا ہے۔ پھر اس پر صحیح عبارت لکھی جاتی ہے۔

حضرت بلال کا جگر کے ساتھ احد، احد کا تکرار کرنا درحقیقت کلمہ کا خلاصہ، دعوتِ ایمان اور دعوتِ توحید پیش کرنا ہے۔

مراقبہ

عام طور پر کچھ بڑھنے کو وظیفہ سمجھا جاتا ہے۔ اور خدا کی عظمت اور یاد، موت اور بعد الموت کے احوال، اور اپنی حقیقت سوچنے کو وظیفہ نہیں جانتے۔ خاص کر یہ سوچنا کہ اللہ حاضر و ناظر ہے۔ مجھے دیکھ رہا ہے، سن رہا ہے اس قسم کے مراقبات زیادہ موثر ہوتے ہیں۔ تمام اہل اللہ کا یہی معمول رہا ہے۔

کلمہ میں لا الہ کی نفی تمام منکرات ترک کرنے پر اثر انداز ہے جیسے ہر باطل معبود کی نفی ہے۔ اس طرح ہر گناہ باطل ہے۔ لا اللہ میں ایک اکیلے سچے معبود کا اثبات ہے اسی طرح اللہ کی پسندیدہ ہر نیکی اختیار کرنے کا اقرار ہے پس لا الہ جمع منکرات سے بچنے بچانے اور ہر ایک سے انکار کی قوت پیدا کرتا ہے۔ ایمان کی جگہ دل ہے نہ زبان۔ زبان اقرار کرتی ہے اور دل اس اقرار کا یقین رکھتا ہے۔

ترغیب

آج ترغیب دی جاتی ہے اپنا حق وصول کرنے کی دوسروں کے حقوق ادا کرنے کی تاکید نہیں کی جاتی۔ دعوت کا کام اس قدر عظیم ہے کہ با یقین کار نبوت ہے، مگر اتنا آسان ہے۔ کہ ہر شخص جتنا چاہے اس میں شریک ہو کر حصہ لے سکتا ہے، البتہ اتنا نازک ہے کہ پہلے باقاعدہ اصولوں کے ساتھ پابندی سے کام نہ لیا جائے۔

(بحوالہ: اقوال اولیاء، اقوال حضرت اقدس شاہ عبدالعزیز دہلوی، صفحہ نمبر 73)

آزمودہ راز بہترین تجربات

ہر ماہ پرانے آزمودہ کار معالجوں کے سینے کے راز آپ کے لیے

حبوب دافع اسقاط

آملہ خشک ۲ تولہ، پنیر دی تازہ ۲ تولہ، برادہ پھی دندان ایک تولہ، مشک خالص ۲ تولہ، آملہ نہایت باریک پیس کر پیس میں اس قدر گھونٹیں کہ لیٹی بن جاوے تو برادہ مشک ملا کر گولیاں بقدر جنگلی بیر کے مطابق بنادیں، ایک گولی صبح و ایک شام، ہمراہ پانی ایام حمل میں کھلا دیں۔ اگر بچہ پیدا ہو کر تلف ہو جاتے ہوں تو پیدائش سے لیکر ۲ سال کی عمر تک آدھی سے ایک گولی تک شیر مادر میں پچے کودیوں، مجرب ہے۔ (حکیم سید نواز علی (مرحوم) صاحب زیدۃ الحکماء)

اکسیر سوزاک کھنہ

چونہ دیوا کہ نہ صمد ال ایک تولہ، خرمبرہ زرد سوختہ ایک تولہ، سفوف بناویں۔ خوراک ۲ ماشہ تک، صبح شام ہمراہ لی، شیر گاؤ یا بدرقہ مناسب۔

اکسیر صنیق النفس رطب

۳۱ عدد برگ مدار پر کھنہ گلابی پانی میں تر کر کے پتوں کے ایک طرف لگا دیں، پھر ایک پتہ کھنہ والا ایک پتہ گھی والا گھیکو از رکھ کر گل حکمت کر کے سفوف تیار کریں، خوراک ۲ سرخ تا ۳ سرخ ہمراہ پانی بعد از تنقیہ۔

درد کمر

پرائی ہو یا نئی ہر قسم کے لئے یہ مرہائے خرا نہایت مفید، آزمودہ مجرب ہے، پوست ۲۰ تولہ، پانی تازہ ۳۰ سیر، چھو ہارے عمدہ ۴۰ عدد، چینی سفید ایک سیر۔

ترکیب :- پوست نیم کوب کر کے پانی میں بھگو دیں ۴۰ یوم بھیکار بنے کے بعد دل چھان کر پوست کو پینک دیں۔ اس مصفی آب پوست میں چھو ہارے ڈال دیں اور ایک ہفتہ انتظار کریں کہ چھو ہارے پانی جذب کر کے پھول جاویں، بعد ہفتہ گزرنے کے چینی سفید کا اگر پوست والا پانی کچھ چھو ہارے نہ جذب کر سکیں اور بچا ہو اور نیز پانی ڈال کر توام کر کے چھو ہارے اس میں ڈال کر بطریق معروف مرہ تیار کریں اور مرتبان میں رکھیں، ہر روز ایک چھو ہارہ انہار منہ نوش کریں، یا بضرورت ایک صبح ایک شام صحت ہو جانے پر درود پھر کسی غوث نہیں کرتا۔

اٹھرا

مرہ سیاہ، ریشہ چھلکا، ہموزن باریک پیس کر گولیاں بقدر مونگ تیار کر لیں، کھانا کھانے کے بعد ایک ایک گولی ہمراہ دودھ استعمال کرائیں۔

حمل ہونے کے بعد دوا شروع کریں۔ جب بچہ پیدا ہو کر ایک سال کا ہو جائے تو پھر گولیاں کھانا بند کر دیں۔ دوسرے بچے کے وقت دوا کھلانے کی ضرورت نہیں ہے۔ دودھ گھی اور گوشت خوب کھانے میں دیا جائے۔ پھل زیادہ استعمال کرائیں، چاول اور روٹی وغیرہ کم کھائیں۔ (حکیم محمد اسماعیل زیدۃ الحکماء)

(حکماء کی زندگیوں کا طبی نجوم، صفحہ نمبر 243 تا 244، 79)

لگایا میں وہاں لگ گیا۔ تو مجھے اللہ والی منزل پر لگائیں وہاں لگ جاتا۔ میرے دوستوں میں یہ نہیں کہتا۔ یہ سائنس کی تعلیم چھوڑ دیں تھوڑی سی میں نے بھی پڑھی ہے۔ لیکن میں اتنا ضرور عرض کروں گا۔ ایمان کی تعلیم بھی ساتھ ضرور دیں۔ اعمال کی تعلیم بھی ساتھ ضرور دیں۔ اللہ کا تعلق بھی ضرور دیں۔ اولاد کے پاس وقت نہیں ہے ان کی زندگیوں کو ہم نے ایسا مصروف کر دیا ہے۔ ان کی زندگیوں کو ایسا جکڑ دیا ہے کہ مصروف ہیں۔ صبح سے لے کر شام تک۔

جب ایمان کمزور ہو تو مہر اللہ والی مجالس میں دل نہیں لگتا

ابھی اسلام آباد جا رہا تھا میں تو میرے ساتھ ایک نوجوان بیٹھا ہوا تھا۔ انجینئرنگ یونیورسٹی کا وہ کہنے لگے کچھ لوگ آکے یونیورسٹی میں ہمارے پیچھے پڑ جاتے ہیں اور زبردستی کرتے ہیں۔ اور تنگ کرتے ہیں میں نے کہا تم کیا کرتے ہو تو کہنے لگا نظریں بچا کے یوں نکل جاتے ہیں۔ خوش ہو کے کہنے لگا میں نے کہا بہت اچھا کرتے ہو۔ میں نے کہا یہ بتاؤ کہ جو مریض ہوتا ہے اور اس مریض کو کھانا اچھا نہیں لگتا خوراک اچھی نہیں لگتی ٹیکہ بھی نہیں لگتا اور اتنا زبردستی ٹیکہ لگاتے ہیں۔ خوراک کھانا زبردستی دیتے ہیں۔ اور فائدہ ڈاکٹر کا ہے یا بیمار دار کا یا مریض کا کہنے لگا کہ مریض کا۔ میں نے کہا ہم مریض ہیں ناں ایمان کمزور ہو گیا ہے۔ اللہ کا تعلق ناقص ہو گیا ہے۔ جب ملیر یا بخار ہو گیا ہو یا یرقان ہو گیا ہو تو منہ کا ذائقہ کڑوا ہو جاتا ہے اور مریض کہتا ہے دلیہ بھی کڑوا ہے اور حلہ بھی کڑوا ہے۔ آم بھی کڑوے ہیں۔ تیرا تو منہ خود کڑوا ہے۔ یہ آم کہاں کڑوے ہیں۔ جب ایمان خراب ہوتا ہے پھر یہ جسم کڑوا ہو جاتا ہے پھر اس کے جسم سے اعمال، ایمان، اللہ کی محبت اور اللہ والی مجالس میں دل نہیں لگتا۔ پھر اسے یہ مجالس اچھی نہیں لگتیں۔ پھر اسے نماز اچھی نہیں لگتی۔ اس کا نماز میں دل نہیں لگتا۔ اس کا اعمال میں تلاوت میں تسبیحات میں اللہ کے ذکر میں دل نہیں لگتا، مریض جو ہو گیا ہے۔ (جاری ہے)

اسم اعظم کی روحانی محفل

ہر منگل کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت وامن“ میں حکیم صاحب کا درس، مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور ولی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

وہ موٹر سائیکل پر جا رہا تھا۔ رات کا وقت تھا وہ ٹریکٹر کو کراس کرنے لگا۔ اسے پتہ نہیں لگا کہ ٹریکٹر کے پیچھے ہل بندھے ہوئے ہیں کہ نہیں۔ موٹر سائیکل ٹریکٹر کے پیچھے لگا اور وہ وہیں ختم ہو گیا۔ نامعلوم زندگی کے کتنے دن باقی ہیں کتنی صحیحیں باقی ہیں کتنی شائیں باقی ہیں، منصوبے کیا ہیں۔

دنیا کی ساری ڈگریاں لیں مگر ایمان کی ڈگری نہ لی

میرے دوستو! سب سے پہلے ایمان کے بارے میں سوال ہو گا۔ دنیا کی ساری بڑی ڈگریاں لے لیں، ایمان کی ڈگری نہیں لی، اللہ کی قسم ناکام آدمی ہے۔ فیصل آباد کا نوجوان بیرون ملک ایف آر سی ایس کرنے کیلئے گیا۔ گھر والوں نے شادی طے کی۔ کئی سالوں کے بعد آ رہا تھا۔ وہ کہنے لگا کہ میں بائی روڈ آؤں گا۔ ترکی ایران اور یورپ کے راستے پھرتا پھرتا آؤں گا۔ کیونکہ پھر میں اپنی پریکٹس میں لگ جاؤں گا اور مجھے وقت نہیں ملے گا۔ سیر و تفریح کر لوں دنیا کو بھی دیکھ لوں مگر جب کوسٹ پہنچا گاڑی کا حادثہ ہوا۔ بہت سخت زخمی ہو گیا۔ اس کے والدین گئے اس وقت وہ آخری سانس لے رہا تھا۔ کسی اللہ والے کے بول اس کے کانوں میں پڑے ہوئے تھے۔ بس وہ یاد آئے تو اپنے باپ کو کہنے لگا تو بڑا غالم ہے تو نے مجھے ساری تعلیمیں دلائیں۔ ساری ڈگریاں میں لے کر آ رہا تھا۔ ایک ایمان والی ڈگری نہیں ہے جس کی اب ضرورت پڑھ گئی ہے۔ آج کا باپ غالم ہے۔ آج کی ماں غالم ہے۔ اور یاد رکھنا یہ اولاد ان کا گریبان پکڑے گی۔ میں آپ کو دل سے کہہ رہا ہوں۔ ابھی اس کا ازالہ کر لیں۔ تو اپنا اولاد کیلئے دل کا مریض بن گیا کہ اس کی تعلیم مکمل نہیں ہوئی اس کو روزگار نہیں ملا ہے۔ وہ مضبوط نہیں یا اپنے پاؤں پہ کھڑا نہیں کبھی تو نے اس کے ایمان کے بارے میں بھی کسی سے مشورہ کیا؟ اپنے دل سے مشورہ کیا کبھی رویا تو؟ کبھی کسی سے مشورہ کیا ہو کہ اس کا ایمان کامل ہو جائے، اس کے اخلاق کامل ہو جائیں اور وہ اللہ کا دوست بن جائے۔ کہنے لگا ابا ساری ڈگریاں موجود ہیں وہ ڈگری موجود نہیں جس کی اب ضرورت ہے۔ یاد رکھ قیامت کے دن تیرا گریبان ہوگا باپ! امیر ہاتھ ہوگا۔ تو نے مجھے کچھ نہیں دیا۔ تو مجھے جس راستے یا منزل پر لگائے وہاں ہی لگ جاتا۔ تو نے مجھے اس منزل پر

آج آپ کو ایک چیز بتانا ہوں۔ دنیا کے اگر کسی سفر میں جانا ہے اور کسی نوکری پر یا کاروبار پر یا کہیں جانا ہے تو کیا خیال ہے کوئی آدمی غفلت کی نیند سوتا ہے؟ اور اگر اسے یقین ہو گیا کہ وہاں اگر نہیں جاؤں گا تو نوکری سے نکال دیا جاؤں گا۔ جس کو اللہ کی ذات عالی کا سو فیصد یقین ہو جائے اور ایمان کی دولت مل جائے تو میرے دوستو پھر وہی بات کہ جس کے پاس مال آتا ہے۔ اس کی نیند کم ہو جاتی ہے۔ یہاں سامنے مزگ چوکی چوک میں لوگ فٹ پاتھ پر بڑی گہری نیند سوئے ہوتے ہیں۔ کبھی دیکھ کر کھڑا ہو کر کہتا ہوں تمہیں جو نیند میسر ہے بڑی کوشی والوں بنگلے والوں کو یہ نیند میسر نہیں۔ تھوڑا سا کھڑکا ہوا تو خوف ہوا۔ ابھی چور ڈاکو آئے۔ مگر یہاں نہ چور کا خطرہ نہ ڈاکو کا خطرہ اور یہاں ہماری ساری فزیالوجی اور تھیا لوجی، جراثیم تھیوری ساری ختم۔ دھواں آلودگی ساری رات ان کے اندر جاری اور مٹی اڑ کے جاری ہے، کوئی بیماری بھی نہیں ہوتی بڑی سکون کی نیند سوتے ہیں۔

جب مال آتا ہے تو نیند کم ہو جاتی ہے

میرے دوستو! ان کے پاس دولت نہیں ہوتی کوئی مالدار فٹ پاتھوں پہ نہیں سویا کرتا۔ ارے دوستو آپ ایمان والے ہو آپ مالدار ہو۔ آپ فٹ پاتھ نہیں ہوں۔ خیال کرو اپنے مقام کو پہنچاؤ ایمان والے ہو ایسی کیفیت کی نیند، ایسی غفلت کی زندگی، ایسی غفلت کی چال، جس میں بندہ اللہ ہی کو بھول جائے اور یہ بھول جائے کہ جو ان کے کتنے دن گزر گئے باقی کتنے ہیں پتہ ہی نہیں ہے۔ ایک جوان کو دیکھا بڑا خوبصورت لاکٹ پہنتا تھا لا جواب انگلی اور ہنسی 70 موٹر سائیکل تھی۔ موٹر سائیکل کا ہر سال ماڈل بدلتا اور گلے میں چین پہنتا تھا، کاشن پہنتا تھا، میں گھر جاتا تھا تو ہماری گلی کی کمر پر اس کا کمرہ لگتا تھا۔ رات کام کی وجہ سے ایک دو دفعہ جانا ہوا تو رات کو بھی اس کمرے سے اونچی اونچی آوازیں آرہی ہوتی تھیں۔ بس پھر کیا ہوا۔

ابھی جام الفت بھرانہ تھا کف دست ساقی اچھل پڑا

رہی دل کی دل میں حسرتیں جو فضا نے آکے مٹا دیا
میری بے کسی پہ اسے رہ گزرنے تو چین اپنا خراب نہ کر
تجھے کیا خبر کہ میں کون ہوں تہہ خاک کس نے سلا دیا

لال چاول کھائیے، موٹاپا اور امراض بھگائیے

آپ نے لال چاول شاید کبھی نہیں کھائے ہوں گے، غالباً دیکھے بھی نہیں ہوں گے۔ چاول کا نام سنتے ہی ذہن میں صاف اور سفید چاول ہی کا تصور آتا ہے۔ لال چاول کو بالعموم حقارت کی نظر سے دیکھا جاتا ہے۔ حالانکہ شروع میں ہر چاول لال ہی ہوتا ہے۔ اس کی شکل و صورت بہتر بنانے کے چکر میں اس کی سرخ یا بھوری رنگت دور کر دی جاتی ہے۔ چاول کی اس بھوری کو بالعموم جانوروں کی غذا میں شامل کرتے ہیں یا پھر مچھلی کے شکار کی تھپا سے یا اس میں دیگر اجزاء ملا کر مچھلی کے لیے چارے کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ جنوبی ہند کے دیہی علاقوں کی خواتین اسے پانی میں گھول کر نہانے سے ایک دو گھنٹے قبل بالوں میں خوب اچھی طرح لگا کر بال صاف کرتی ہیں۔ ان کے خیال میں اس سے بال سیاہ، گھنے اور مضبوط رہتے ہیں۔

دراصل گندم کی طرح ہم نے چاول کو نکھارنے سنوارنے کی کوشش میں خود کو، ہم غذائی اجزاء سے محروم کر لیا ہے اور اب چاول کو اس کی صحت بخش غذائی اجزاء سے عاری کر کے اس پر مضر صحت ہونے کا الزام دھرتے ہیں، جب کہ چاول ایک مکمل غذا ہے۔ اب امریکا اور یورپ میں ایسے لوگوں کی تعداد تیزی سے بڑھتی جا رہی ہے جو کہ بھورے چاول کو ایک نعمت سمجھتے ہیں یہ بات واقعہً قابل غور ہے کہ مشرق بعید کے کروڑوں انسانوں کی اصل غذا چاول ہی ہے۔ جنوبی ہند کی طرح جاپان میں بھی کھانے سے مراد چاول ہی ہوتے ہیں۔ بالکل اسی طرح جس طرح امریکا میں کھانے کا مطلب گوشت ہوتا ہے۔ دونوں کی غذائی عادات کے فرق اور اس کے نتائج بھی قابل غور ہیں۔

جاپان میں چاول کافی کس سالانہ استعمال دو سو پاؤنڈز ہے جب کہ امریکا میں چاول کافی کس سالانہ استعمال پانچ سو پاؤنڈز ہے۔ سبک اور چاق چو بند چینیوں اور جاپانیوں کے مقابلے میں امریکی موٹے اور بھدے ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ امراض قلب، ذیابیطس اور سرطان ان کے حصے میں زیادہ آتا ہیں۔ آٹھ اونس بھورے چاول میں ۲۷۰ حرارے (کیلوریز) ہوتے ہیں جب کہ گائے کے گوشت کے آٹھ اونس

کے ایک نکتے میں ۸۰۰ حرارے ہوتے ہیں۔ یہاں بھورے اور صاف شدہ چاول کے غذائی اجزاء کا جائزہ لینا بھی مناسب ہوگا۔

غذائی اجزاء	بھورا چاول	سفید چاول
پروٹین (گرام)	۲۶۹	۲۶۱
ریشہ (گرام)	۱۶۲۵	۲۳۸
تھامین (ملی گرام)	۱۸	۶.۴
راہوفلاوین (ملی گرام)	۶.۴	۶.۴
نایاسین (ملی گرام)	۲۶۷	۶۸
فولاد (ملی گرام)	۱۶۰	۶۴
یونائشیم (ملی گرام)	۱۳۷	۵۷
مینشیم (ملی گرام)	۶۰۶۳	۱۵۶۲۸
جست (ملی گرام)	۱۶۲۵	۷۶۶
توانائی (ملی گرام)	۲۳۲	۲۲۳

یہ غذائی توانائی کپے ہوئے ایک پیالی بھر چاول (سادہ) کے ہیں۔ اس پر ایک نظر ڈالنے سے اندازہ ہو جاتا ہے کہ سفید اور خوش نما چاول بھورے یا لال چاول کے مقابلے میں ہر لحاظ سے ادنیٰ ہیں۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ مشرق وسطیٰ کے شہروں میں بھی اب سفید چاول کا استعمال بڑھ گیا ہے۔ لیکن ان ملکوں کے اندرونی علاقوں خاص طور پر دیہات میں چاول ہاتھ سے کوٹ کر صاف کر لیے جاتے ہیں۔ اس طرح ان کی یہ غذائی تہ بڑی حد تک ان سے الگ نہیں ہوتی۔ ان ملکوں کے عوام بے حد جھانکس ہوتے ہیں۔ ان میں موٹاپا نہ ہونے کے برابر ہے۔ اسی لیے ایک ماہر غذائیات نے مٹاپے سے چھٹکارے کا جو پروگرام مرتب کیا ہے اس میں وہ اپنے مٹاپے کے شکار مریضوں کو صرف چاول اور پھل کھلاتے ہیں۔ ان کے تجربے کے مطابق اس غذا کے ایک سال تک کھانے سے تین سو پاؤنڈز سے زیادہ وزن کی عورتوں اور مردوں کا وزن گھٹ کر نارمل ہو جاتا ہے۔

چاول میں حراروں کی کمی کے علاوہ ایک خوبی یہ ہے کہ اس میں روغن یا چکنائی بہت کم ہوتی ہے۔ ایک پیالی کپے ہوئے (سادہ) چاولوں میں ایک پیالی دودھ کے مقابلے میں چکنائی سات گنا کم ہوتی ہے۔ (بقیہ صفحہ ۲۳ پر)

خوشیاں آپ کو دیکھ کر مسکرائیں

شعبہ تحقیق و تالیف

درویش شریف سے امید رحمت دل میں پیدا ہوتی ہے۔ حدیث پاک میں ہے کہ ایک شخص کا نام اعمال تو لا گیا تو بدیوں کا پلڑا بھاری تھا۔ نبی کریم ﷺ تشریف لائے اپنی جیب سے ایک پھوٹا سا کاغذ کا پرزہ نکالا اور پڑے میں رکھ دیا تو وہ بھاری ہو گیا اور مغفرت ہو گئی، غلام نے عرض کیا: فداک ابسی وامی یا رسول اللہ ﷺ یہ کیا تھا؟ فرمایا تم نے مجھ پر ایک مرتبہ درود پڑھا تھا وہ میں نے سنجال کر رکھا ہوا تھا یہ وہ درود شریف ہے۔

درویش شریف پڑھنے والے کو حضور ﷺ اپنی حضوری میں یاد فرماتے ہیں۔ اور وہ "فَاذْكُرُونِي اَذْكُرْكُمْ" کی عملی تفسیر بن جاتا ہے۔ پھر وہ سفرو حضر کی خلوتوں اور جلوتوں میں، محراب و منبر پر، ابتلاء و مصائب میں ہر وقت درود شریف سے شغف رکھتا ہے اور خوش رہتا ہے۔ جس سے محبت الہی اس کے رگ و ریشہ میں سا جاتی ہے۔

ہونہ ہو آج کچھ میرا ذکر حضور میں ہوا

ورنہ میری طرف خوشی دیکھ کے مسکرائیں کیوں

بندہ جب درود شریف میں اللہم کہتا ہے تو گویا اللہ تعالیٰ کے تمام اسماء الحسنیٰ کا ذکر کرتا ہے، اور جب "صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ" کہتا تو یہ سید الکائنات ﷺ کے دریائے رحمت میں گم ہو جاتا ہے۔ اس کے بعد جب "وَعَلٰی آلہ وصحبہ" کہتا ہے تو بندہ لامتناہی صفات کے دریاؤں میں شادری کرتا ہوا کمالات محمد ﷺ کے انوار و تجلیات میں غوطہ زن ہو جاتا ہے۔

مالی پریشانیوں کا حل بذریعہ درود شریف

حضرت عبداللہ بن ابی اوفیٰ سے مروی ہے فرماتے ہیں حضور ﷺ ہمارے پاس تشریف لائے اور ارشاد فرمایا جسے اللہ تعالیٰ یا کسی انسان سے حاجت ہو اسے اچھی طرح وضو کرنا چاہئے پھر درود رکعت نماز پڑھنی چاہئے اس کے بعد اللہ تعالیٰ کی حمد و ثنا کرے اور نبی کریم ﷺ پر درود شریف بھیجے پھر یہ دعا مانگے۔

"لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْحَمْدُ لِلَّهِ الْكَرِيمِ سُبْحَانَ اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ أَسْأَلُكَ مُوْجِبَاتِ رَحْمَتِكَ وَعَزَائِمَ مَغْفِرَتِكَ وَالْغَنِيمَةَ مِنْ كُلِّ بَرٍّ وَ سَلَامَةٍ مِنْ كُلِّ دَنْبٍ لَا تَدْعُ لِي ذَنْبًا إِلَّا غَفَرْتَهُ وَلَا هَمًّا إِلَّا فَرَجْتَهُ وَلَا (بقیہ صفحہ نمبر ۱۲ پر)

اپنے جیون ساتھی کو چڑانے اور پریشان کرنے والی باتیں

(انتخاب محمد رمضان)

گڑبڑ ہو جاتے ہیں۔ جس کے نتیجے میں تصادم ہوتا ہے۔ اور کشیدگی پیدا ہوتی ہے۔ ایسی صورت حال سے بچنے کے لئے ضروری ہے کہ میاں بیوی دونوں اپنی اپنی ترجیحات کا تعین کریں اور فیصلہ کریں کہ کس وقت کس کی مصروفیات زیادہ اہم ہیں اور کسے اپنی مصروفیت ترک کر کے گھر لوٹ آنا چاہیے۔ یہ کام تھوڑا مشکل ہے کیونکہ ہر ایک کے نزدیک اپنی اپنی پیشہ ورانہ مصروفیت اہم ہو کر رہتی ہے لیکن ایثار اور افہام و تفہیم سے کام لینے سے اس مشکل کا حل نکالا جاسکتا ہے۔

پیشہ ورانہ مصروفیت عموماً گھریلو مصروفیات پر مقدم رکھی جاتی ہے۔ لیکن جب یہ نظر آ رہا ہو کہ اس وقت تعاون نہ کرنے سے دوسرے فریق کا کیریئر دھچکا کھاسکتا ہے تو ایسے میں اپنی مصروفیات کو پس پشت ڈال دینا ہی مناسب ہوتا ہے۔ یاد رکھئے کہ کسی بھی ازدواجی تعلق کو مضبوط بنانے کے لیے ضروری ہے کہ میاں بیوی ایک دوسرے کو سہارا فراہم کریں اور سہارا فراہم کرنے کا بہترین موقع بحالی حالات میں ہی ہوتا ہے۔

اپنی ذمہ داریوں کا از سر نو تجزیہ کریں :-

اپنے کام، گھر اور دیگر مصروفیات کا بغور جائزہ لیجئے اور فیصلہ کیجئے کہ ان ذمہ داریوں میں سے کون سی ایسی ہیں جنہیں آپ ترک کر سکتے ہیں، کون سی ایسی ہیں جنہیں بانٹا جاسکتا ہے اور کون سی ایسی ہیں جنہیں پورا کرنے کے لیے دوسروں کی خدمات حاصل کی جاسکتی ہیں۔ بہت سے کام ایسے ہوں گے جنہیں آپ ضروری سمجھتے ہیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

کہا تھا۔ ”جب ہم اپنی ضروریات اور خواہشات میں فرق کرنا سیکھ لیتے ہیں تو ہماری زندگی بہت سادہ اور آسان ہو جاتی ہے۔“ ہم سب کو اس قول کو مد نظر رکھنا چاہیے۔

بہر حال، اپنی ضروریات کا حقیقی اور حتمی تعین کر لینے کے بعد ہمیں یہ اندازہ ہو جاتا ہے کہ اپنا گھر چلانے کے لئے ہمیں کم از کم کتنی رقم کی ضرورت ہے۔ اپنے اخراجات کا تخمینہ لگا لینے کے بعد ممکن ہے آپ پر یہ حقیقت منکشف ہو کہ اگر آپ کی بیوی فل ٹائم کے بجائے پارٹ ٹائم جاب کرنے لگے تو بھی آپ کے گھر کے معاملات اسی خوش اسلوبی سے چلتے رہیں گے۔ ممکن ہے کہ آپ نئی گاڑی نہ خرید سکیں یا اپنے گھر کو اعلیٰ فرنیچر سے مزین نہ کر سکیں لیکن آمدنی میں اس کمی کو قبول کر لینے سے آپ کی گھریلو زندگی پر دباؤ میں جو کمی آئے گی اور اس کے نتیجے میں ازدواجی تعلقات پر جو صحت مند اثر مرتب ہوگا، یقین کیجئے وہ گاڑیوں اور فرنیچر سے کہیں زیادہ قیمتی اور مفید ہے۔ فرض کیا کہ اخراجات کا تخمینہ لگا لینے کے بعد بھی آپ کو یہی نظر آتا ہے کہ دونوں کے فل ٹائم کام کئے بغیر اخراجات کا پورا ہونا ممکن نہیں۔ ایسے میں ایک نوٹ بک میں اپنے ماہانہ اخراجات کا اندراج کریں اور یہ دیکھیں کہ پورے مہینے کے دوران آپ نے جو اخراجات کئے تھے، ان میں کتنے ناگزیر تھے اور کتنے ایسے تھے جنہیں روک کر بھی گزارا کیا جاسکتا تھا۔ ایسے غیر ضروری اخراجات میں کمی لانے اور ان پر صرف ہونے والی رقم کو بچا لینے سے ایک نہ ایک روز آپ اتنی رقم سے اندازہ کر سکیں گے کہ اپنی مالی مشکلات سے بے چھٹکارا حاصل کرنے کا کوئی اور طریقہ بھی سوچ سکیں۔

اپنی ترجیحات کا تعین کیجئے :-

کام کرنے والے میاں بیوی کے دوران اکثر شیڈولز کے باہمی تصادم پر بھی لگراؤ ہو جایا کرتا ہے۔ مثال کے طور پر جس وقت میاں کو اپنے کسی کلائنٹ سے ملنے کے لئے جانا ہے، اسی وقت بیوی کو بھی اپنے آفس کی کسی میٹنگ میں شریک ہونا ہوتا ہے یا جس روز میاں کو گھر دیر سے پہنچنا ہے، اسی روز بیوی کو بھی آفس سے آنے میں تاخیر ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت میں گھریلو ذمہ داریوں کو سنبھالنے والا کوئی نہیں رہتا اور معمولات

اکثر لوگوں کا خیال ہوتا ہے کہ اپنے جیون ساتھی کو چڑانے یا پریشان کرنے والی باتوں اور عوامل کو وہ اچھی طرح جانتے ہیں لیکن عموماً ان کا خیال غلط ہوتا ہے اس خیال کی صحت جانچنے کے لئے، کسی روز وقت نکال کر ایسی باتوں کی ایک فہرست بنائیے جو آپ کے مزاج پر گراں گزرتی ہیں۔ ایسی ہی ایک فہرست آپ کا جیون ساتھی بھی تیار کرے۔ بعد میں ان دونوں فہرستوں کا موازنہ کیجئے۔ شاید یہ دیکھ کر آپ کو حیرت ہو کہ اپنے جیون ساتھی کے متعلق کتنی باتیں ایسی ہیں جن سے آپ لاعلم تھے۔ اگلے مرحلے میں ان فہرستوں کو دو حصوں میں تقسیم کیجئے۔ پہلے حصے میں ایسی باتیں شامل ہوں جنہیں بدلا جاسکتا ہے یا دور کیا جاسکتا ہے اور دوسرے حصے میں ایسی باتیں شامل ہوں گی جنہیں بدلنا یا ختم کرنا آپ کے اختیار میں نہیں۔ اس طرح آپ کو یہ فیصلہ کرنے میں آسانی ہوگی کہ آپ کے ازدواجی تعلقات کے کون سے پہلو ایسے ہیں جنہیں بہتر بنایا جاسکتا ہے اور کون سے ایسے ہیں جن پر سمجھوتہ کرنا ضروری ہے۔ پہلی فرصت میں یہ کام کر گزریں اور اس کے ساتھ ساتھ خدا سے دعا کرتے رہیے کہ اے اللہ! مجھے اتنی ہمت عطا فرما کہ میں ایسی باتوں کو قبول کر سکوں جنہیں میں بدل نہیں سکتا، مجھے اتنی قوت عطا فرما کہ میں ایسی باتوں کو بدل دوں۔ جنہیں میں بدل سکتا ہوں، اور مجھے اتنی فہم عطا فرما کہ میں ان دونوں میں پایا جانے والا فرق سمجھ سکوں۔

اپنے بجٹ کا جائزہ لیجئے :-

بجٹ کو مرتب کرتے ہوئے سب سے پہلا اور بنیادی سوال یہی ہوتا ہے کہ ہمیں اپنی ضروریات پوری کرنے کے لیے کم از کم کتنی رقم کی ضرورت ہے؟ اکثر جوڑے اپنے گھر کا بجٹ بناتے ہوئے اس اہم سوال کو نظر انداز کر دیتے ہیں، اپنی ضروریات کو الگ الگ خانوں میں نہیں بانٹتے اور نتیجے میں اپنا گھریلو بجٹ غیر متوازن کر بیٹھتے ہیں۔ ضروریات وہ ہیں جن کے بغیر آپ کی زندگی کی گاڑی آگے نہیں بڑھ سکتی اور خواہشات وہ ہیں جن کی آپ ذاتی طور پر طلب رکھتے ہیں حالانکہ زندگی گزارنے کے لیے ان کا پورا ہونا کچھ ایسا لازم نہیں۔ عمران خان نے ایک مرتبہ بی بی سی پر گفتگو کرتے ہوئے

خوشخبری

ملک بھر سے سختی، تجربہ کار اور صاحبِ اخلاص احباب کی ضرورت ہے جو عبقری کے زیادہ سے زیادہ سالانہ ممبر بنانے میں مدد کریں۔ دس سالانہ ممبر بنانے پر ایک اعزازی سالانہ ممبر شپ دی جائیگی، خواہش مند حضرات فوری رابطہ کریں۔

فون 042-7552384 سوہاگل نمبر 0322-4688313

بچے کو شخصیت ابھارنے کا موقع دیں

رہنمائی کا انداز اختیار کیجئے۔ اگر ایک کام کو آپ غلط یا برائیاں تو صحیح اور اچھے کام کی بھی نشاندہی کر دیجئے۔ اس طرح ایک مثبت ذہن تیار ہوگا، ذہنی صحت و توازن کی بنیاد پڑے گی اور بچہ ذہنی طور پر زیادہ توانا ہوگا۔

بچے کی اپنی شخصیت کو ابھارنے کا موقع دیجئے۔ اس کی اپنی صلاحیتوں، اس کے رجحانات اور جوہروں کو جلا کا موقع ملنا چاہئے۔ آپ اپنے رجحانات کو اس پر زبردستی نہ تھوپئے۔ وہ اپنی شخصیت میں جس طرح اور جس حد تک آپ کی شخصیت کو جذب کر سکے گا، غیر ارادی طور پر جذب کر لے گا۔ پھر انسان کی اپنی شخصیت ہوتی ہے۔ آپ اپنی تربیت سے اس کی مدد کیجئے۔ اس کی اصلی شخصیت کا گلا نہ گھونٹئے۔ اس مقصد کے لیے ضروری ہے کہ آپ اس کو پوری آزادی دیں۔ اس کو کسی جائز اور ضروری بات لے محض اس لیے نہ روکیں کہ وہ آپ کے مزاج کے خلاف ہے یا آپ کے مشاغل میں فرق آتا ہے۔ اس کو اپنی دنیا آپ بنانے، اپنے جوہروں کو اجاگر کرنے، کش مکش حیات کا مقابلہ کرنے اور مسائل کا فیصلہ کرنے اور اقدام کرنے (INITIATIVE) کی صلاحیت بخشنے۔ آپ کے بچے کی یہی بہترین تربیت اور انسان کی بہترین خدمت ہے۔

ٹھنڈی مراد

گرمی کی جلن سوزش جب جسم میں بڑھ جاتی ہے تو پھر سانس کا پھولنا، سر چکرانا ہاتھ پاؤں میں جلن اور پیش منہ کی خشکی، آنکھوں کے سامنے اندھیرا، دل ڈوب جانا، ہبک ختم، چہرہ کارنگ سیاہ ہو جانا اور حلقے پڑ جانا، قبض، ہلڈ پریش ہائی، نیند میں بے چینی اور کمی، چونک اٹھنا، سونے کے بعد بھی جسم ٹوٹا ٹوٹا رہتا ہے اور نواحی کہ نو جوانوں میں قطرے، جریان احتلام وغیرہ عورتوں میں لیکوریا اور دیگر امراض ان تمام کے لیے ٹھنڈی مراد صدیوں سے آزمودہ دوا ہے۔ کچھ عرصہ مستقل استعمال کرنا ہمیشہ کے لیے فائدہ مند ہے 1/2 سے ایک چمچ چھوٹا دودھ کی لسی کے ہمراہ دن میں 3 سے 5 بار..... نی ڈبی۔ 100 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

یہ ہے کہ اپنی شخصیت کو اس پر مسلط نہ کیجئے۔ آپ سے بھی مختلف شخصیت ہو سکتی ہے۔ آپ سے بھی اچھی۔ اگر اس کی شخصیت گول ہے تو اس کو چوکور بنانے کی کوشش نہ کیجئے اور چوکور ہے تو گول نہ کیجئے۔ ہاں تراش تراش ضرور کیجئے اور پالش بھی کر دیجئے۔ جہاں تک ممکن ہو اپنے ”بڑے پن“ کو کام میں نہ لائیے۔ بچے سے معمولی (نارل) لہجے میں بات کیجئے بات چیت اور روتے میں غصے، جھنجھلاہٹ، اکتاہٹ، چڑچڑے پن اور کھر دے پن کا ثبوت نہ دیجئے۔ بچہ آپ ہی سے سیکھتا ہے، آپ ہی کی نقل کرتا ہے اور ہر بات میں ویسا ہی رد عمل ظاہر کرنے کی کوشش کرتا ہے جیسا آپ کرتے ہیں۔ اس کے اقوال و اعمال کے لیے نمونہ آپ ہی ہیں۔ جیسا دیکھ کر ویسا ہی کرے گا۔ جیسا سنے گا ویسا ہی کہے گا۔ آپ کے لہجے، آپ کے رویے میں درستی کے ساتھ ساتھ ضرورت سے زیادہ نرمی اور لاجت اور گراوٹ بھی نہ ہونی چاہیے، کیوں کہ بچے کو متوازن بنانا ہے۔ اخلاق اور گفتگو میں بھی افراط و تفریط نہیں ہونی چاہیے۔

بعض والدین بچوں کو منفی ہدایات دیتے ہیں۔ ہر بات سے روکتے ہیں، حالانکہ وہی کام کوئی بڑا آدمی کرے تو وہ ہرگز نہیں روکیں گے۔ بچوں کو ہر بات پر روکنے، ٹوکنے، منع کرنے، انکار کرنے سے ان کی شخصیت گھٹ کر رہ جاتی ہے۔ انکی قوت عمل گھٹ جاتی ہے۔ ان کی انا ٹھٹھڑ جاتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ بچہ بڑا ہو کر بھی ہر بات سے ڈرنے لگتا ہے، ہر کام کرنے میں بھگتا ہے۔ اس کی قوت عمل سرد، اس کی قوت فکر مفلوج اور اس کی قوت فیصلہ مفقود ہو جاتی ہے۔ وہ ہر بات میں دوسرے کے مشورے، دوسرے کے سہارے اور دوسرے کے اسکاٹے کا محتاج ہو جاتا ہے۔ ظاہر ہے کہ اس کا یہ انجام آپ کو گوارا نہ ہوگا۔ آپ ہرگز پسند نہیں کریں گے کہ وہ تابع مہمل بن کر زندگی گزارے، وہ مقلد محض رہے۔ قائد نہ بنے۔ شرم، جھک، تامل، تذبذب، تکلف، تسال، گومگو میں مبتلا، تیز اور فیصلہ کی قوت سے محروم انسان کو کون پسند کرے گا؟

اپنے بچے کو ہمیشہ تعمیری مشورے دیجئے۔ دوستانہ

اپنے بچے کا گلا نہ گھونٹئے۔ (انتخاب احمد رضا)

اپنا بچہ کس کو پیار نہیں ہوتا، پیار و محبت کی شدت ہی کا ایک پہلو یہ ہے کہ ہم اس کی ضرورت سے زیادہ دیکھ بھال اور نگرانی کرتے ہیں اور چاہتے ہیں کہ اس کو کسی قسم کا ضرر نہ پہنچے، جسمانی طور پر بھی وہ تندرست رہے اور ذہنی و جذباتی لحاظ سے بھی صحت مند۔ اس کا کردار، اس کی عادات اچھی رہیں اور وہ بڑا ہو کر ایک مہذب، متوازن اور کامیاب انسان بنے۔ شاید اس شدت آرزو ہی کا نتیجہ ہوتا ہے کہ ہم بچے کو متوازن بنانے کی کوشش میں خود متوازن نہیں رہتے اور اکثر و بیشتر تنبیہ و تہدید میں حد سے زیادہ آگے بڑھ جاتے ہیں اور زیادہ تر منفی پہلو ہی اختیار کرتے ہیں۔ غالباً تصور یہ ہوتا ہے کہ اگر بچے کو بری عادات سے بچالیا جائے تو سمجھے اس کی تربیت کا حق ادا ہو گیا۔ چنانچہ ہماری تربیت کا انداز عوامیہ ہوتا ہے کہ ”یہ نہ کرو! وہ نہ کرو!“ ”یہ کام نہیں کرتے! وہ کام اچھا نہیں ہے!“ ”یوں نہیں کرتے!“ ”یہ کام اس طرح نہ کرو!“ ”یہ کیوں کیا!“ ”یہ کیا کر دیا!“ اس انداز خطاب و تادیب کا تجزیہ کیجئے تو صرف دو اجزا آپ کو نظر آئیں گے، ایک ”نئی“ دوسرا ”تخلم“ مجھے کہنے دیجئے کہ یہ دونوں اجزا تعمیر کے نہیں، تخریب کے ہیں، اور تربیت کے لیے سخت مضر۔ آپ کا مقصد تو نہایت نیک ہے یعنی آپ چاہتے ہیں کہ اپنے بچے کو انسان بنائیں، لیکن معاف کیجئے آپ کا طریقہ موزوں نہیں ہے آپ جو کچھ چاہتے ہیں اس کے لیے طریقہ بھی وہی اختیار کیجئے جو کامیاب ہو، آپ تعمیر چاہتے ہیں، انداز بھی تعمیری ہوں۔ جہاں تک ممکن ہو بچے کو تعمیری مشورے دیجئے۔

ایک غلط کام سے، ایک غلط لفظ سے روکنا ہو تو بجائے یہ کہنے کے کہ ”یوں نہ کرو!“ یا ”صحیح لفظ یہ ہے“ آپ کے اس کہنے میں بھی تخلم نہ ہو بلکہ مشورہ کا انداز ہو۔ بچہ بھی ایک مستقل شخصیت رکھتا ہے۔ اس شخصیت کو سمجھنے اور تلاش کرنے کی کوشش کیجئے۔ بچے کو مناسب آزادی دیجئے تاکہ وہ اپنی اصلی شخصیت ظاہر کر سکے۔ آپ اس کی اپنی شخصیت کو دوبائیے نہیں، پچکائیے نہیں، توڑیے موڑیے نہیں۔ سب سے اہم

نماز سے اپنے شعور کو طاقتور کیجئے

نماز ظہر (Zuhher Prayer)

صبح سے دوپہر تک آدمی کس معاش کیلئے ساعی و کوشاں رہتا ہے۔ اسی دوران گرد و غبار، دھول اور مٹی سے اس کا واسطہ پڑتا ہے بعض اوقات ایسے زہریلے کیمیکل ہوا کے ذریعے کھلے اعضاء، چہرے اور ہاتھوں پر لگ جاتے ہیں جو اگر زیادہ دیر رہیں تو انتہائی نقصان دہ ثابت ہوتے ہیں۔ تو ایسی کیفیت میں جب آدمی وضو کرتا ہے تو اس پر سے تمام کثافتیں اور تھکان دور ہو جاتی ہے اور اس پر سرور اور کیف کی ایک دنیا روشن ہو جاتی ہے۔ سورج کی تمازت ختم ہو کر جو زوال سے شروع ہوتی ہے تو زمین کے اندر سے ایک گیس خارج ہوتی ہے یہ گیس اسقدر زہریلی ہوتی ہے کہ اگر آدمی کے اوپر اثر انداز ہو جائے تو وہ قسم قسم کی بیماریوں میں مبتلا کر دیتی ہے۔ دماغی نظام اس قدر درہم برہم ہو جاتا ہے کہ آدمی پاگل پن کا گمان کرنے لگتا ہے۔ جب کوئی بندہ ذہنی طور پر عبادت میں مشغول ہو جاتا ہے تو اسے نماز کی نورانی لہریں اس خطرناک گیس سے محفوظ رکھتی ہیں۔ اب نورانی لہروں سے یہ زہریلی گیس بے اثر ہو جاتی ہے۔

نماز عصر (Assar Prayer)

زمین دو طرح سے چل رہی ہے ایک گردش محوری اور دوسری طولانی، زوال کے بعد زمین کی گردش میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور پھر رفتہ رفتہ یہ گردش کم ہوتی چلی جاتی ہے اور عصر کے وقت تک یہ گردش اتنی کم ہو جاتی ہے کہ حواس پر دباؤ پڑنے لگتا ہے۔ انسان، حیوان، چرند، پرند سب کے اوپر دن کے حواس کی بجائے رات کے حواس کا دروازہ کھلنا شروع ہو جاتا ہے اور شعور مغلوب ہو جاتا ہے۔ ہر ذی شعور انسان اس بات کو محسوس کرتا ہے کہ عصر کے وقت اس کے اوپر ایسی کیفیت طاری ہوتی ہے جس کو وہ تھکان، بے چینی اور اضمحلال کا نام دیتا ہے۔ یہ تھکان اور اضمحلال شعوری حواس پر لاشعوری حواس کی گرفت کا نتیجہ ہوتا ہے۔ عصر کی نماز شعور کو اس حد تک مضصل ہونے سے روک دیتی ہے جس سے دماغ پر خراب اثرات مرتب ہوں۔ وضو اور عصر کی نماز قائم کرنے والے بندے کے شعور میں اتنی طاقت آ جاتی ہے کہ وہ لاشعوری نظام کو آسانی

سے قبول کر لیتا ہے اور اپنی روح سے قریب ہو جاتا ہے۔ دماغ روحانی تحریکات قبول کرنے کیلئے تیار ہو جاتا ہے۔

ایک مریض کی پریشانی

بندہ کے کلینک میں ایک رئیس آدمی علاج کیلئے آیا اس کا صرف ایک مسئلہ تھا کہ عصر کے وقت سے دماغی دباؤ، بے چینی اور بے سکونی شروع ہو جاتی ہے جو پھر مسلسل بڑھتی ہے اور کچھ عرصہ رہنے کے بعد مغرب کے بعد کم ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ بندہ نے انہیں کچھ ادویات دیں اور دو دواؤں شریف کثرت سے پڑھنے کا کہا۔ مریض حیرت انگیز طریقے سے صحت یاب ہو گیا۔

نماز عصر کے بعد اور ادویات

نماز عصر کے بعد کچھ دیر ذکر، تسبیح کی جاتی ہے جو کہ شرعی حکم ہے اور پھر دعا کی جاتی ہے۔ اس کی وجہ بھی یہی ہے کہ ان اذکار اور وظائف کی نورانی شعائیں اور لہریں اس خطرناک اثر پر غالب آ جاتی ہیں جو زمین کی حرکت سے پیدا ہوتا ہے۔

ادویات کا معمول (The Routine Of Dailya)

اولیاء کرام کے معمولات میں یہ بات ملتی ہے کہ وہ عصر سے مغرب تک مسلسل ذکر، اذکار اور وظائف میں مشغول رہتے ہیں اس کی سائنسی وجہ یہی ہے جو سابقہ بیان ہو گئی ہے کہ زمین کی گردش محوری اور طولانی کے اثرات سے وہ حضرات ذکر و اذکار کے ذریعے محفوظ رہتے تھے۔

نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین معذرت خواہ روحانی اور جسمانی خدمت سے حیرین ہے۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب ادویات اور رسالہ معذرت (وی پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو بھیجا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ معذرت کو پہنچتا ہے حتیٰ کہ ہم سوچنے پر مجبور ہو گئے ہیں کہ آئندہ VP کی سہولت ختم کر دی جائے بلکہ عرض کیا جائے کہ پہلے رقم بھیجیں پھر ہم آپ کا آرڈر پوسٹ کریں گے۔ لہذا درخواست ہے اگر آپ VP منگوائیں تو اسے وصول ضرور کریں ورنہ آپ معذرت خواہ نقصان پہنچا رہے ہیں۔

بنجر جسم اور سر سبز صحت کے راز

ایک عرب طبیب حارث بن کلدہ ثقفی جو طائف میں پیدا ہوئے تھے، حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے عہد مبارک میں بھی زندہ تھے اور حضرت امیر معاویہؓ کے دور تک بقید حیات رہے۔ ان کی طبی مہارت کا دور دور تک شہرہ تھا۔ اور صحت کے متعلق ان کے اقوال زریں آج بھی نقل کئے جاتے ہیں۔ ایک بار حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے ان سے دریافت فرمایا کہ ”طب کیا ہے؟“ حارث نے جواب دیا ”حزم“ یعنی پرہیز۔

حارث بن کلدہ کا ایک طویل مکالمہ ایران کے بادشاہ نوشیرواں عادل سے ہوا تھا۔ اس کا کچھ حصہ جو ہمارے مضمون کے موضوع سے تعلق رکھتا ہے یہاں نقل کیا جاتا ہے۔ جس سے ظاہر ہوگا کہ حارث بن کلدہ کو اللہ نے کس قدر ذہانیت اور فراست سے نوازا تھا۔

شاہ ایران نے حارث سے پوچھا ”مہلک مرض کیا ہے؟“ حارث نے جواب دیا ”پہلی غذا ہضم ہونے سے پہلے دوسری غذا کھا لیتا“ بادشاہ نے پوچھا۔! ”حمام کے بارے میں آپ کی کیا رائے ہے؟“۔۔۔ جواب ملا ”حمام میں پیٹ بھر کر داخل ہونا ہرگز مناسب نہیں ہے“۔۔۔ بادشاہ کا اگلا سوال تھا۔ ”دوا کے بارے میں آپ کیا کہتے ہیں؟“۔۔۔ طبیب نے جواب دیا ”صحت کی حالت میں دوا سے بچو اور مرض کی حالت میں اس کی جڑ پکڑنے سے پہلے دوا شروع کر دو۔ چونکہ جسم کی حالت زمین کی طرح ہے جس کی اصلاح ہوتی رہے تو درست رہتی ہے ورنہ بنجر ہو جاتی ہے“۔

بادشاہ نے پانی کے بارے میں جاننا چاہا تو حارث نے جواب دیا۔ ”پانی جسم کی روح ہے اور صحت اس سے قائم ہے لیکن اگر پانی بے اندازہ پیا جائے یا سوکراٹھنے کے فوراً بعد پیا جائے تو مضر ہے۔ پانی کی صفت یہ ہے کہ رقیق ہو۔ صاف شفاف ہو، بڑے بڑے موجزن دریاؤں کا ہو۔ جنگلوں کی کثافتیں اس میں شامل نہ ہوئی ہوں۔ ٹھنڈا ہو، بے ذائقہ، بے رنگ اور اس حد تک شفاف ہو کہ ہر چیز کا رنگ منع رگوں

(بقیہ صفحہ نمبر 12 پر)

عقرب کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ”عقرب“ کے پکوان میں ضرور بھیجیں

بکرے کی دان

اشیاء: بکرے کی دان ایک عدد، گھی ایک پاؤ، اورک آدھا پاؤ، سرخ مرچ چار تولے، دہی ایک پاؤ، سرکہ ایک چھٹانک، انجیر یا پاپتیا ایک چھٹانک، کلونجی چار تولے، سونف ایک ماشہ، سوٹھ دو ماشے، گرم مصالحہ (پسا ہوا) ایک چھٹانک

ترکیب: دان کو خوب دھو کر کانٹے سے گود لیں اور سرکہ چھڑک دیں اور نمک بھی لگا دیں۔ دہی کا پانی ملل کے کپڑے میں ڈال کر نکال دیں اور تمام مصالحہ، چار ماشے گھی میں ملا کر دان کو اس مصالحے میں خوب لٹھیریں۔ دو گھنٹے تک دان کو رکھ چھوڑیں۔ دو گھنٹے بعد دان کی کڑاہی میں ڈال کر ہلکی آگ پر پکائیں۔ پانی ڈالنے کی ضرورت نہیں کیونکہ گوشت پاپیتے یا انجیر کی وجہ سے گل جاتا ہے۔ پھر بھی ضرورت ہو تو گرم پانی کا چھینٹا دیں، جب دان تیار ہو جائے تو دُش میں نکال کر اوپر سے ہر ادھنیہ، لٹائر، لیموں اور پیاز کے ٹکڑوں سے سجادیں۔

لذیذ چانپ

اشیاء: چانپ کا گوشت ایک کلو، ہر ادھنیہ، پودینہ، ہری مرچ بہت کم، انڈے دو عدد، گھی ایک پاؤ، گرم مصالحہ پسا ہوا ایک چمچ کے برابر، سوکھا دھنیہ، سفید زیرہ ایک چمچ کے برابر

ترکیب: ہر ادھنیہ، پودینہ، ہری مرچ، نمک اور سرخ مرچ سب ملا کر چٹنی بنا لیں اس کو چانپ کے ساتھ ڈال کر اتنا پانی ڈالیں کہ چانپ گلنے تک خشک ہو جائے۔ انڈے توڑ کر پھینٹ لیں اس میں پسا ہوا مصالحہ، سوکھا دھنیہ اور سفید زیرہ ملا دیں اس تیار شدہ مصالحے میں چانپوں کو ڈال کر تلتے جائیں ایک ایک چانپ سرخ ہونے پر نکالتے جائیں اور دُش میں سلا دے کے ساتھ پیش کریں۔

کڑاھی پسندیدہ

اشیاء: گوشت ایک کلو، دہی ڈیڑھ پاؤ، پیاز ایک پاؤ، بھنا دھنیہ ایک چھٹانک، اورک ایک چھوٹی گرہ، مرچ سیاہ پندرہ عدد، لونگ دس عدد، بڑی الائچی تین عدد، مرچ سرخ حسب ذائقہ۔

ترکیب: سب سے پہلے گوشت کے پسندے کاٹ کر پسا ہوا پاپتیا اور نمک ملا کر کم از کم دو گھنٹے کیلئے رکھ دیں اب تمام

مصالحہ پیس کر دہی میں ملا دیں جب گوشت گل جائے تو اس میں تمام مصالحہ ملا دیں اور کڑاہی میں ڈرا سا گھی ڈال کر پسندوں کو دونوں طرف سے بھون لیں یہ لذیذ پسندے آپ کے دسترخوان کی زینت بڑھادیں گے۔

مریض کی عیادت کے وقت کی دعا

حضرت علیؑ نے مرفوعاً روایت کی ہے کہ مریض کے لیے اس طرح دعا کریں مریض کا نام لیکر ”اَللّٰهُمَّ اَشْفِیْهِ اَللّٰهُمَّ عَافِیْهِ“ اے اللہ! اس کو شفا دے۔ اے اللہ! اس کو عافیت دے۔ (اخرجہ ترمذی و نسائی)

حضرت سلمان فارسیؓ جب بیمار ہوئے تو آنحضرت ﷺ نے ان کی عیادت کی اور ان کے لیے اس طرح دعا کی۔ ”یَا سَلْمَانَ اَشْفِیْ اللّٰهُ سَفْمَكَ وَغَفَرَ لَكَ ذَنْبَكَ وَعَافَاكَ فِیْ دِیْنِكَ وَجَسَمِكَ اِلٰی مُدَّةِ اَجَلِكَ“ اے سلمان اللہ تیرے مرض سے تجھ کو شفا بخشے تیرے گناہ معاف فرمائے اور تیرے دین اور جسم کو اچھا کر دے جب تک کہ تو زندہ رہے“ (رواۃ الحاکم)

حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ حضور ﷺ نے فرمایا ”جو شخص مریض کی عیادت کرے (بشرطیکہ اس مریض کی موت نہ آگئی ہو) تو اس کے لیے سات مرتبہ یوں دعا کرے ”اَسْئَلُکَ اللّٰهُ الْعَظِیْمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ اَنْ یُّشْفِیْکَ“ میں اللہ عظیم سے جو عرش عظیم کا رب ہے درخواست کرتا ہوں کہ تجھے شفا عطا فرمائے۔“ اللہ تعالیٰ اس کو عافیت عطا فرمائے۔ (اخرجہ ابوداؤد و ترمذی)

(مابین خاندانی مشکلات کا پرنا شیر و روحانی علاج، صفحہ نمبر 46)

شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

اندر
جیسی کرنی ویسی بھرنی
نہ مانے تو کر کے دیکھ
یقیناً آپ نے کوئی واقعہ سنایا دیکھا ہوگا دیکھیں ابھی لکھیں اور بھیجیں

زندگی مسلسل تجربہ بات اور بیٹے واقعات کا نام ہے کچھ واقعات ایسے ہوتے ہیں جو دل پر نقش کر جاتے ہیں یا پھر گزری زندگی کے واقعات کو دھراتے ہیں۔ آئیے میں آپ کو ایک واقعہ سناتا ہوں۔

چند ماہ پہلے کی بات ہے کہ ایک مشہور و معروف شخص کو ملنے گیا موصوف تنگ دست تھے اور پریشان تھے گھر بالکل ویران اور جنگل کا نظارہ تھا ایک لکڑی کے تختے پر اگی اہلیہ کراہ رہی تھی اور فالج زدہ تھی۔ جسم اور لباس بالکل میل سے سیاہ ہو گیا تھا معلوم ہوتا تھا کہ کئی ماہ سے شاید غسل نہیں کیا۔ شوگر کی وجہ سے پاؤں گل گیا تھا اور زخم کی وجہ سے پیپ بڑھ گئی تھی اور متواتر بہہ رہی تھی۔

معلوم ہوتا تھا کہ اس گھر میں موجود ہواس کا کوئی خیال نہیں رکھتی کیونکہ بہو خود بالکل صاف ستھری اور تندرست تھی جبکہ ساس کی حالت دیکھی نہیں جاتی تھی۔ بلکہ اگریوں کہوں کہ قریب بیٹھنا محال تھا تو بے جا نہ ہوگا۔ بدبو بہت زیادہ تھی۔ کئی دفعہ ان کے ہاں جانا ہوا اور ہر دفعہ گھر کے حالات اور ساس کے حالات اور زیادہ خراب دیکھے کہ ساس ایک الگ کمرے میں نہایت کسمپرسی کی حالت میں پڑی رہتی تھی۔ سو چار ب کا نظام اندھا نہیں کوئی بات کسی وجہ سے ہوتی ہے اور ہر رد عمل کی عمل کا نتیجہ ہوتا ہے۔ کچھ دن قبل اس مریضہ مظلوم ساس کی بیٹی اپنے خاوند کے ساتھ ملنے آئی تو کہنے لگی کہ آپ میرے بھائی کو سمجھائیں ماں کی بالکل قدر نہیں کرتا اور بھائی تو اتنا ظلم کرتی ہے کہ کئی کئی دن ماں کے اوپر والے کمرے میں جاتی بھی نہیں۔ بلکہ بالکل نہیں جاتی اور نہ ہی کھانا پانی پوچھتی ہے۔

ابھی میں ایسبولینس لیکر ماں کے گھر گئی اور اسپتال لے آئی تو ڈاکٹر نے دیکھتے ہی پہلا سوال یہی پوچھا اس مریض کے وارث کہاں ہیں۔ میں نے تعارف کرایا تو کہنے لگے کہ ہفتہ سے زیادہ دن ہو گئے ہیں اس نے کچھ نہیں کھایا۔ یہی باتیں ہو رہی ہیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اسم ذات کے طلسماتی اور ماورائی خفیہ اثرات و ثمرات

اللہ

”اللہ“ کے اسم اعظم ہونے کی دلیل:

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے ”وَلِلّٰهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنٰی فَادْعُوْهُ بِهَا“ (اللہ کے بہت اچھے اچھے نام ہیں اس کو ان ناموں کے ساتھ پکارو۔) علامہ فہرئ فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے اس آیت میں اپنے سب ناموں کے ساتھ دعا کرنے کا حکم فرمایا۔ پھر فرمایا اِذْعُوا اللّٰهَ اَوْ اِذْعُوا الرَّحْمٰنَ ”اللہ کے نام کے ساتھ پکارو یا رحمن کے نام کے ساتھ پکارو“ یہاں اللہ تعالیٰ نے اپنے اسماء میں سے سب سے پہلے اپنے سب سے بڑے اسم ”اللہ“ کو ذکر کیا اور اپنی مخلوق کو ہدایت کی کہ اس کو اس نام کے ساتھ پکارو، یہ وہ اسم ہے جس کو اپنی ذات کیلئے تجویز کیا اور سب کو یہ نام رکھنے سے منع کر دیا۔ یہی وہ نام ہے جس کے ساتھ مخلوقات اس کو یاد کرتی ہیں، اور حقوق ایمانیہ اس سے متعلق ہیں، اسی کو فریادیوں کا فریاد رس، مظلومین کا پلّاء، خائفین کا ماویٰ اور عابدین کی عبادت بنایا ہے۔ جو شخص بھی کسی مصیبت میں واقع ہوتا ہے یا کسی ابتلاء سے خائف ہے تو وہ سب سے پہلے اللہ ہی سے دعا کرتا ہے، مکلفین پر دنیا میں یہ سب سے پہلا لفظ ہے جو ضروری قرار دیا گیا ہے جب وہ رحم سے نکل کر دنیا میں قدم رکھتے ہیں اور سب سے پہلے اللہ اکبر کے ساتھ اس کے کان میں آواز ڈالی جاتی ہے اور جب رخصت ہوتے ہیں تو زبان پر کلمہ طیبہ جاری ہوتا ہے لا اللہ الا اللہ اور اسی کے ساتھ مخلوقات اپنے کلام میں ذکر و مذاکرہ کرتے ہیں۔ (الدر النظیم ص: ۳۳)

اسم اعظم ”اللہ“ کو پڑھنے کا طریقہ:

حضرت شیخ الفیر مولانا احمد علی لاہوریؒ کے متعلق شیخ احمد عبد الرحمن صاحب نوشہرہ مدظلہ العالی نے بتایا کہ آپ بھی فرماتے تھے کہ اللہ کا اسم اعظم ”اللہ“ ہے اس کی (۵) کو پیش کے ساتھ خوب زور دیکر توجہ کے ساتھ ادا کیا جائے۔

نہایت توجہ طلب:

جو ابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ ماہنامہ عبقری سے رابطہ کیلیے۔

فون نمبر 042-7552384

علمائے اسلام کے نزدیک عشق کیا ہے؟

امیر المومنین (مامون الرشید) نے (قاضی) یحییٰ بن اسلم سے عشق کے متعلق پوچھا کہ یہ کیا چیز ہے؟ انہوں نے کہا کہ یہ ایک حادثہ ہے جو کسی انسان کو لاحق ہوتا ہے تو اس کا دل معشوق کی فکر میں لگ جاتا ہے۔ اور اپنی جان کو اس پر نچھاور کر دیتا ہے۔ تو ان کو شامہ نے کہا کہ اے یحییٰ تم خاموش ہو جاؤ تمہارے ذمہ یہ ہے کہ تم طلاق وغیرہ کے (مسائل میں) جواب دیا کرو کہ حرم نے اگر ہرنی کا شکار کیا ہو یا چوٹی کا تو اس کے حکم شرعی بیان کرو۔ لیکن مسائل (عشق وغیرہ کے جو ہیں) کے متعلق ہم سے پوچھا جائے۔ تو مامون نے کہا اے شامہ تم بتاؤ عشق کیا ہے؟

شامہ نے عرض کیا کہ عشق مفید ہے۔ اپنی ایک حکومت رکھتا ہے۔ اس کے راستے لطیف ہیں اس کے مذاہب قابل طعنہ زنی ہیں، اس کے احکام ظالمانہ ہیں۔ یہ جسموں کا بھی مالک ہے اور ان کی ارواح کا بھی اور دلوں کا بھی اور ان کے خیالات کا بھی اور آنکھوں کا بھی اور ان کی نظر کا بھی اور عقول کا بھی اور ان کی آراء کا بھی۔ اس کو طاعت کی باگ دوڑ اور وفا شعار کا مالک بنایا گیا ہے اس کے داخل ہونے کا راستہ آنکھوں سے پوشیدہ ہے اور دلوں تک پہنچنے کا راستہ نظر نہیں آتا۔ تو مامون نے کہا اے شامہ اللہ کی قسم اتم نے بہت خوب بیان کیا پھر اس نے شامہ کے لئے ایک ہزار اشرفی کا (بطور انعام) حکم دیا۔

ایک دیہاتی نے عشق کی صفت بیان کرتے ہوئے کہا کہ اگر یہ جنوں کی ایک قسم نہیں تو جادو کا نچوڑ ضرور ہے۔ (بحوالہ: عشق اسلام اور جدید سائنس، صفحہ نمبر 14)

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخروگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں غلصہ بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ و طائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم کیسے کی خواہش رکھتے ہیں بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو فرد دیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تقنین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی دیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے دیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود عبقری مجددی چغتائی

رنگوں سے خوشگوار اور تروتازہ زندگی کی تلاش

پتھری کے مریض آخر پریشان کیوں ہیں وظیفہ حاضر ہے

(امیر جم بن عبداللہ زلی)

عبدالحمید کہتے ہیں: میرے والد کو پتھری کا مرض لاحق ہو گیا۔ ان کو بہت زیادہ تکلیف تھی۔ چنانچہ میں بیت المقدس کی طرف چل نکلا تو ابوالعوام سے میری ملاقات ہوئی۔ میں نے ان سے اپنے والد کی تکلیف کی شکایت کی۔ انہوں نے فرمایا: اپنے والد سے کہو کہ وہ یہ دعا پڑھیں:

”رَبَّنَا الَّذِي فِي السَّمَاءِ عَرْشُهُ رَبَّنَا الَّذِي فِي السَّمَاءِ أَمْرُهُ، تَقْدُسَ اسْمُهُ، أَمْرُكَ مَاضٍ فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ، وَكَمَارَ حَمَتِكَ فِي السَّمَاءِ فَاجْعَلْهَا فِي الْأَرْضِ، اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَخَطَايَانَا، إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ اللَّهُمَّ أَنْزِلْ رَحْمَةً مِّنْ رَّحْمَتِكَ، وَشِفَاءً مِّنْ شِفَائِكَ، عَلَى مَافِلَانٍ مِّنْ وَجْعٍ.“

ترجمہ: اے ہمارے پروردگار! جس کا عرش آسمان میں ہے، اے ہمارے پروردگار! جس کا امر آسمان میں ہے۔ تیرا نام پاکیزہ ہے، تیرا حکم آسمان اور زمین دونوں میں چلتا ہے، اور جس طرح آسمان میں تیری رحمت ہے، اسی طرح اس کو زمین پر بھی اتار دے ہمارے گناہوں اور کوتاہیوں کو معاف کر دے۔ بے شک تو بڑا بخشنے والا مہربان ہے، اے اللہ! اپنی رحمتوں میں سے کچھ رحمت نازل فرما، اور فلاں کی تکلیف پر اپنی شفاء میں سے شفاء، نازل فرما۔“

فرمایا: کہ انہوں نے یہ دعا پڑھی تو اللہ تعالیٰ ان کو اس بیماری سے شفاء عطا فرمائی۔

اور جسمانی طور پر بھی؟ پھر اپنے گھر اور ارد گرد کے ماحول پر بھی نظر ڈالیے اور یہ غور کیجئے کہ مختلف رنگ آپ کی مزاجی کیفیت پر کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں؟ کچھ دن تک اس طرح غور کرنے سے ہمیں اندازہ ہو جائے گا کہ کون کون سے رنگ ہمارے لیے اچھے ہیں اور کون کون سے برے۔ کن رنگوں سے ہم خوش ہوتے ہیں اور کن سے ناخوش۔ کن سے ہم بڑھتی ہے اور کن سے تھکن کا احساس ہوتا ہے۔ کن سے ہم مستعد محسوس کرتے ہیں اور کن سے ست؟ جب آپ یہ بات اچھی طرح جان لیں گے تو پھر اپنی مزاجی اور جسمانی کیفیت کو بہتر بنانے کے لیے رنگوں میں مناسب تبدیلی کر سکیں گے۔ کمرے کے رنگوں میں، لباس کے رنگوں میں اور اپنے استعمال کی چیزوں کے رنگوں میں مناسب رد و بدل سے ہم اپنے ذہنی سکون کو تلاش کر سکتے ہیں جس کا جسمانی صحت پر بھی اچھا اثر پڑے گا۔ اسے رنگی معالجہ یا علاج بالالوان (Colour Therapy) کا نام دیا گیا ہے۔

آئیے اب رنگوں کے اثرات پر ایک نظر ڈالیں:

سرخ رنگ: جسمانی سرگرمی، توانائی، احساس تحفظ، استحکام، خود اعتمادی اور گرم جوشی میں اضافہ کرتا ہے۔ اگر آپ تھکن یا کم زوری محسوس کریں تو سرخ رنگ استعمال کریں تو بھی یہ رنگ مناسب ہے، لیکن جب آپ غصے میں ہوں یا جذبات میں جارحیت ہو یا آرام کرنا چاہیں تو سرخ رنگ کے استعمال سے گریز کریں۔

زرورنگ: ذہنی کارکردگی، قوت ارادی، الفاظ کے ذریعے سے لوگوں کو قائل کرنے میں مدد ہوتا ہے اور ذہنی ابہام کو دور کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔ جس وقت ذہنی تھکن زیادہ ہو یعنی آپ فیصلہ نہ کر پارہے ہوں، یادداشت اور توجہ مرکوز کرنے کا مسئلہ ہو، (بقیہ صفحہ نمبر 38)

انسانی مزاج پر رنگوں کے اثرات

آپ کو کونسا رنگ پسند ہے؟ آپ سے زندگی میں کتنی ہی بار یہ سوال کیا گیا؟ رنگوں کی پسند سے اکثر انسانوں کی مزاجی خصوصیات کا اندازہ بھی لگایا جاتا ہے۔ مثلاً سرخ رنگ مزاج کی شوخی اور زندہ دلی کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ لیکن سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ رنگ بذات خود ہماری طبیعت اور احساسات پر اثر انداز ہوتے ہیں یا وہ یادیں اور باتیں اثر انداز ہوتی ہیں جن کا رنگوں سے گہرا تعلق ہوتا ہے۔

ماہرین کا خیال ہے کہ مختلف رنگوں سے منعکس ہو کر جو روشنی ہمارے دماغ میں پہنچتی ہے وہ دماغ پر مختلف انداز سے اثر انداز ہوتی ہے مثلاً سرخ رنگ سے ذہن کو انگیزت ملتی ہے اور نیلے رنگ سے سکون پہنچتا ہے۔ رنگوں کے باعث ذہن میں پیدا ہونے والے رد عمل میں بعض یادوں اور بعض ذاتی تجربوں کے باعث اکثر شدت پیدا ہو جاتی ہے۔ مثلاً آپ کی زندگی کا ایک تلخ دور جس کمرے میں گزرا اس میں زرد رنگ کا غلبہ تھا۔ اس کا اثر یہ ہو گا کہ ممکنہ طور پر آپ زرد رنگ سے نفرت کرنے لگیں گے۔ اسی طرح اگر اس وقت آپ کے کمرے پر گلابی رنگ غالب رہا ہو کہ جب آپ نے پہلی بار کسی سے محبت کی ہو تو عین ممکن ہے کہ گلابی رنگ ہمیشہ آپ کے مزاج پر اچھا اثر ڈالے۔ اکثر لوگ ہمہ وقت ایک ہی رنگ کا لباس پہنتے ہیں۔ ہو سکتا ہے اس کی وجہ یہ ہو کہ اس رنگ سے ان میں اعتماد پیدا ہوتا ہے۔ اور ان کی طبیعت خوش ہوتی ہے۔ سوال یہ ہے کہ ہم رنگوں سے کس طرح فائدہ اٹھا سکتے ہیں؟ پہلے یہ غور کیجئے کہ آپ کی زندگی میں کن رنگوں کو زیادہ دخل ہے اور آپ پر ان کا رد عمل کیا ہوتا ہے۔ اپنے لباس کا جائزہ لیجئے اور یہ دیکھیے کہ آپ مختلف رنگ کا لباس پہن کر کیا محسوس کرتے ہیں؟ آپ کے سب سے زیادہ پسندیدہ رنگ کون سے ہیں اور کن رنگوں کو آپ کم پسند کرتے ہیں؟ کیا مختلف رنگ پہننے کے بعد آپ کے احساسات اور جذبات بھی مختلف ہوتے ہیں اور کیا کچھ رنگ ایسے بھی ہیں جنہیں آپ بالکل استعمال نہیں کرتے؟ مختصر یہ کہ ایک ہفتے تک یہ غور کیجئے کہ آپ نے کون کون سے رنگ پہنے اور ان کا آپ پر کیا اثر ہوا، ذہنی طور پر بھی

درس کی سی ڈیز اور کیسے

قارئین کے مسلسل اصرار کے بعد الحمد للہ ہر منگل حکیم صاحب کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔

قیمت سی ڈی 40 روپے کیسٹ 35 روپے

ڈیزائن کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

خواتین یو چہتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لگیں۔
(ام اور ابق)

گزارش

میری دو تین سہیلیاں کالی تھیں۔ اب ان کا رنگ صاف ہو گیا ہے۔ وہ مجھے نہیں بتاتیں کونسی دوا کھا رہی ہیں۔ حکیم کا جوشاندہ پینے سے بھی رنگ صاف ہو جاتا ہے؟ مجھے کسی حکیمی جوشاندہ کے متعلق بتائیے۔ جو رشتہ آتا ہے، وہ گورے رنگ کے شیدائیوں کا آتا ہے۔ ہم لوگ کیا کریں؟ (فائزہ انوار)

☆ فائزہ بی بی! سانولے پن میں بھی بڑی کشش ہوتی ہے۔ آپ ابن استعمال کیجئے۔ اس سے رنگ صاف ہو جاتا ہے۔ دو چمچے دودھ میں آدھے لیموں کا رس چھوڑ کر چہرے، ہاتھوں اور بازو پر ملنے۔ پندرہ منٹ بعد منہ دھو بیجئے۔ جلد چکنی نہیں تو رات کو ایک چمچ بالائی میں چوتھائی لیموں کا رس ملا کر چہرے پر مل لیا کیجئے۔ اس میں آپ چنگی بھر ہلدی بھی ملا سکتی ہیں ہفتے میں ایک بار چہرے پر ماسک لگائیے۔ بازار میں کھیرے کا ماسک ملتا ہے۔ آپ گاجر یا کیٹو کا جوس روز پی لیا کیجئے۔ کیٹو کے چھلکے کھا، پیس کر ابن بنائیے، وہ لگانے سے چہرہ صاف ہو جائے گا۔ ایک بات ذہن میں رکھئے۔ سیرت اچھی ہونی چاہئے۔ سیرت اور صورت دونوں اچھی ہوں تو سونے پر سہاگہ والی بات ہوتی ہے۔

سیرت اچھی ہو گئے

خانپور سے ایک جوان لڑکی کا خط آیا تھا۔ اس کے دونوں ہاتھ گھٹیا کے درد کی وجہ سے مڑ گئے تھے۔ کھانا نہیں کھا سکتی تھی اور غربت کے باعث علاج بھی نہیں ہو رہا تھا۔ میں نے اس بچی سے کہا کہ صبح نماز کے وقت اٹھے دو سنتیں پڑھ کر اکتا لیس بار سورہ فاتحہ بحم اسم اللہ پڑھ کر پانی پر دم کرے اور دونوں ہاتھوں پر بھی اور اول آخر سات بار درود شریف پڑھ لے۔ تمام دن یہ پانی پینا ہے اور ناپ کر چار گلاس وقفے کے ساتھ ناشتے سے پہلے پینے ہیں۔ ۴۵ منٹ بعد ناشتہ کرنا ہے۔ کل میرے پاس اس لڑکی کا خط آیا ہے۔ ایک ماہ اس نے پانی کا علاج کیا۔ اب اس کے دونوں ہاتھ سیدھے ہو چکے ہیں۔ کام کاج کے قابل ہیں اس نے شکرے کا خط آنسوؤں کے ساتھ لکھا ہے۔ اس لڑکی سے اتنا کہنا ہے۔ پانی کا علاج ابھی جاری رکھے

اور پھر ناشتے سے پہلے کم از کم دو گلاس پانی ضرور پی لیا کرے تاکہ پھر یہ تکلیف نہ ہو۔

☆ صوبہ بی بی! آپ گل منڈی دس روپے کی خریدیے اور عتاب بھی لے لیجئے۔ عتاب پرانے اور کڑے والے نہ ہوں۔ گل منڈی بھی صاف ہو، چورا نہ ہو، منڈی کے پندرہ دانے اور عتاب کے سات دانے ایک گلاس ہلکے گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح اسے مل چھان کر ایک چمچ شہد میں ملا کر پی لیجئے۔ کم از کم تین چار ہفتے پیجئے۔ اگر آپ کھنا میٹھا شربت پینا چاہتی ہیں تو گل منڈی اور عتاب کا عرق پینے کے پانچ چھ دن بعد پانچ سات دانے سوکھے آلو بخارے اور پانچ دانے املی کے پانی میں بھگوئیے اور صبح مل چھان کر چینی ملا کر پی لیا کیجئے۔ اس سے بھی خون صاف ہوتا ہے۔ برسات کے دنوں میں جب پھنسیاں ہوں تو یہ نسخہ کارآمد ہوگا۔ کلونٹی کو باریک پیس کر شیشی میں رکھئے اور اس پاؤڈر کو رات کے وقت تھوڑے سے پانی میں ملا کر دانوں پر لگائیے۔ (داغ اور کم ہو جائیں گے)

نزلہ ناک کا علاج

میری عمر چوبیس سال ہے، ایک عرصہ سے نزلے کا شکار ہوں، دس بارہ دن بعد نزلہ شروع ہو جاتا۔ نزلہ ٹھیک ہوتا ہے تو ناک بند ہو جاتی ہے۔ مجھے کوئی گھریلو ٹونکہ بتائیے جس سے میرا نزلہ ٹھیک ہو جائے اور ناک بھی بند نہ ہو، میں بڑی تکلیف میں مبتلا ہوں۔ (انیلہ رحمان۔۔۔ پنڈی)

☆ انیلہ بی بی! کچھ لوگوں کو اگر جی ہوتی ہے۔ جس سے انہیں بار بار نزلہ ہو جاتا ہے۔ اب آپ گھریلو ٹونکے آزمائیے، جیسے ہی نزلہ ہو آپ ایک گلاس پانی میں ادک چھیل کر اس کے تین چار گلوے کر کے ابالیے۔ جب ایک کپ پانی رہ جائے تو اتار کر ایک چھوٹا چمچ شہد ملا کر گرم گرم پی جائیے۔ اس سے جسم کی تھکان، سر کا درد اور بھاری پن دور ہو جائے گا۔ دن میں دو بار پی سکتی ہیں۔ شہد نہ ملے تو صرف ادک کی چائے پی لیجئے، آدھے انچ کا کلزا کافی ہے۔ رات کو سوتے وقت ایک گلاس گرم پانی میں سات کالی مرچ پیس کر ملائیے اور چھ چھوٹے تاشے گلاس میں ڈال کر پی لیجئے۔ ایک اور علاج یہ

ہے کہ نیم کے مٹی بھر پتے دو گلاس پانی میں پکا کر رکھ لیجئے۔ صبح و شام وضو کی طرح پانی ناک میں ڈالنے اور سوتے وقت تھوڑا سا زیتون کا تیل ناک میں لگا لیجئے۔ اجوائن ایک چمچ لیکر کوٹ لیجئے پھر ملل کے کپڑے میں لپیٹ کر بنا کر سو گھنٹے، ناک کھل جائے گی۔ صبح نماز کے بعد سیر کرنے جائیے۔ جب سورج نکلے تو اس کے سامنے کھڑے ہو کر گہرے گہرے سانس لیجئے، اس سے بھی فائدہ ہوگا۔

ناشتا کے انداز

میں پہاڑی علاقے میں رہتی ہوں۔ یہاں پر ناشپاتی اور خوبانی کے درخت ہیں۔ سب لوگ پھلوں پر زور دیتے ہیں لیکن ہم غریب لوگ آم، پلجی، سیب وغیرہ نہیں کھا سکتے۔ آپ ہی بتائیے کہ غریبوں کے لئے کیا بہتر ہے۔ (نہیب بی بی۔ کوئٹہ)

☆ اللہ تعالیٰ نے پھلوں کی شکل میں ایک بہترین نعمت عنایت کی ہے۔ ان میں ناشپاتی بھی شامل ہے۔ جس میں روغن اجزاء، معدنی نمکیات، فولاد اور فاسفورس جیسے بہترین غذائی اجزاء شامل ہیں۔ آدھ سیر ناشپاتی میں دو بڑی روئیوں کے برابر غذائیت ہوتی ہے۔ اس کے کھانے سے سوسوٹھے اور دانت مضبوط ہوتے ہیں۔ یہ قبض کو توڑتی ہے۔ جن لوگوں کو دائمی قبض ہو وہ شام پانچ بجے تین ناشپاتیاں کاٹ کر کالی مرچ، نمک اور لیموں کا رس ڈال کر اس کی مزیدار چاٹ کھائیں تو بہت فائدہ ہوگا۔ میرے پاس ذریعہ غازی خان سے ایک لڑکا آیا جسے چکر آتے ہیں۔ میں نے اس کے خون ٹیسٹ کرائے تو اس میں ہیملوگلوبین ۳۰% بھی نہیں تھی۔ ڈاکٹر کہنے لگا میں حیران ہوں کہ یہ میرے سامنے کھڑا کس طرح ہے اور یہ زندہ کیسے ہے؟ خون کی کم از کم پانچ بوتلیں اسے لگوائیں۔

(بقیہ صفحہ 25 پر)

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹونکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، ہنری، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں، کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو کھانا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لیگے، اپنے کسی بھی تجربے کا غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو لکھنا ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

عاشقان دیدار رسول ﷺ کے لیے پانچ خوشخبریاں اور وظیفہ (عہدہ)

”مجموعہ مجرب عملیات“ میں پیرزادہ مولوی فضل کریم نقشبندی قادری چشتی جالندھری لکھتے ہیں کہ زیارت رسول ﷺ کے متنی حضرات بعد از نماز عشاء رات کو سوتے وقت یہ دعائیں بار پڑھ کر سورہیں۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. اَللّٰهُمَّ رَبَّ الْحِلِّ وَالْحَرَمِ وَرَبَّ الرُّكْنِ وَالْمَقَامِ وَرَبَّ الْمَشْعَرِ الْحَرَامِ بِحَقِّ كَلَامِكَ الَّذِي اَنْزَلْتَهُ فِيْ شَهْرِ رَمَضَانَ وَيَا اَرْحَمَ الرَّحِمِیْنَ۔ اگر پڑھتے پڑھتے سوجائیں تو زیادہ بہتر ہے۔ (کتاب الصلوات والبشر) (سرور القلوب بزرگراکھو)

حضرت مولوی حافظ شاہ محمد ادریس گرامی اپنی کتاب ”رفع الوسوسہ و الاحتمال عن رویت النبی بعد الارحاح“ میں لکھا ہے شب جمعہ کو غسل کر کے دو رکعت نماز نفل پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے بعد ایک ہزار مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے انشاء اللہ زیارت نبویہ ﷺ سے بہرہ ور ہوگا (جذب القلوب)

علامہ عالم فقی کی کتاب ”اعمال صابریہ“ میں ہے کہ حضرت علی احمد صابر فرماتے ہیں کہ اگر کوئی شخص اس بات کا خواہاں ہو کہ آپ ﷺ کو خواب میں دیکھوں تو اسے چاہیے کہ جمعرات اور جمعہ کی درمیانی شب کو دو نفلوں کی نیت باندھے اور ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد ایک دفعہ آیۃ الکرسی اور پندرہ دفعہ قل هو اللہ پڑھے اور پاکیزہ بستر پر خاموشی سے سو جائے۔ بفضلہ تعالیٰ خواب میں زیارت مصطفیٰ ﷺ ہوگی۔ (سوانح خواجہ معین الدین چشتی) (مجموعہ مجرب عملیات)

”مرقد شریف“ میں حضرت شیخ کلیم اللہ جہاں آبادی فرماتے ہیں کہ اگر تو چاہے کہ آنحضرت ﷺ کو خواب میں دیکھے تو وضو کر کے لباس پاک پہن کر سات دفعہ ”سورۃ واللیل“ اور سات مرتبہ ”سورۃ اخلاص“ پڑھ اور پھر مندرجہ ذیل عبارت پڑھ۔ پہلی اور دوسری یا تیسری رات کو پڑھتا رہ اور اسرار دیکھ لے وہ دعا یہ ہے۔

اَللّٰهُمَّ اَرِنِيْ فِيْ مَنْامِيْ جَنِيْنَ جَنِيْنَ وَاجْعَلْ لِّيْ مِنْ اَمْرِيْ فَرْجًا وَمَخْرَجًا وَاَرْزُقْنِيْ فِيْ مَنْامِيْ مَا اسْتَدِلُّ بِهٖ عَلٰى اِجَابَةِ دَعْوَتِيْ۔ (مجموعہ صدیق از حکیم محمد صدیق چشتی) ”تخریضہ درود شریف“ میں ہے کہ درود شفاعت کو اگر کوئی شخص شب برات میں ایکس ہزار مرتبہ پڑھے تو اس کے رزق میں اضافہ ہوگا۔ اور اگر کوئی شخص زیارت النبی ﷺ کے لئے اس درود پاک کو سوا لاکھ مرتبہ چالیس دن میں پڑھے تو وہ انشاء اللہ تعالیٰ امام الانبیاء حضرت محمد ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوگا درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰى حَبِيْبِكَ شَفِیْعِ الْمُدْبِیْنِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ اَجْمَعِیْنَ ۝۰

(بقیہ : منجز جسم اور سر بزحمت کے راز)

کے اس میں صاف نظر آجائے۔ (عالی ادارہ محنت نے پانی کے جو اوصاف لکھے ہیں وہ ہو چکی ہیں) بادشاہ حارث بن کلدہ کے ان جوابات سے اس قدر متاثر ہوئے کہ انہوں نے طیب کو جینے کے لیے کہا جو ان کے دربار میں بڑا اعزاز تھا اور ساتھ ہی بادشاہ نے حکم دیا کہ حارث سے ہونے والی گفتگو کو ضبط تحریر میں لے لیا جائے۔

کتاب گفت کرنے والوں کا حکم

ان حضرات کا تہدیل سمکون ہوں جنہوں نے کتابیں اور رسائل گفت کئے۔ جناب منیر قریشی صاحب اعوان ٹاؤن لاہور، جام عبدالباقی لاڑموضع لاڑ، سید انعام علی رضا احمد پور شرقیہ، سید شہباز حسین بخاری احمد پور شرقیہ، منیر بانڈے علامہ اقبال ٹاؤن، امتیاز حیدر کراچی، جناب نصیر صاحب رحمان پورہ، نواب عبدالمنان رئیس کورس، یوسف صاحب نوائے وقت، محترمہ فاطمہ اپر مال اور ایسے بے شمار مرد اور خواتین جنہوں نے اپنا نام ظاہر کرنے سے منع کیا ہے بندہ ان تمام حضرات کا تہدیل سے مشکور ہے کہ انہوں نے ہمارے اوپر اعتماد کیا۔ (بندہ مدیر)

بار بار گناہ کی بار بار ندامت اور بخشش

حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ آنحضرت ﷺ نے فرمایا ہے کہ: ”بندہ جب کوئی گناہ کر لیتا ہے۔ پھر کہتا ہے کہ مولیٰ میں نے گناہ کر لیا۔ مجھے معافی دے دے۔ رب فرماتا ہے کیا میرا بندہ جانتا ہے کہ اس کا کوئی رب ہے جو گناہ معاف کرتا ہے اور اس کو پکڑ بھی لیتا ہے۔ میں نے اپنے بندے کو بخش دیا ہے۔ پھر بتنا رب چاہے بندہ ٹھہرا رہتا ہے پھر کوئی گناہ کر بیٹھتا ہے۔ کہتا ہے یا رب میں نے گناہ کر لیا بخش دے۔ رب فرماتا ہے کہ کیا میرا بندہ جانتا ہے۔ کہ اس کا کوئی رب ہے جو گناہ بخشا ہے اور اس پر پکڑ بھی لیتا ہے۔ میں نے اپنے بندے کو بخش دیا۔ پھر بندہ ٹھہرا رہتا ہے۔ بتنا رب چاہے پھر گناہ کر بیٹھتا ہے۔ عرض کرتا ہے۔ یا رب میں نے گناہ کر لیا۔ مجھے معافی دے۔ تو رب فرماتا ہے کہ کیا میرا بندہ جانتا ہے کہ اس کا کوئی رب ہے جو بخشا ہے اور پکڑ بھی لیتا ہے۔ میں نے اپنے بندے کو بخش دیا۔ جو چاہے کرے۔“ (بحوالہ: ندامت کے آنسو، صفحہ نمبر 25)

(بقیہ زندگی کے جملہ مسائل کے لیے ایک نہایت موثر اور آسان وظیفہ) انہوں نے چھوڑا تو اپنی لپٹ گئی۔ پھر بھائی بہنوں نے بھی اسی طرح کیا۔ میں نے بچی کو تکیہ کی کہ وہ ماحول کی اس تبدیلی سے خوش ہو کر وظیفہ نہ چھوڑ دے۔ ایک روز رہتا ہے۔ اس پر بھی متعین وقت میں اسی طرح پڑھے۔ اس نے وعدہ کیا اور مجھے اپنی دعاؤں میں یاد رکھنے کے ساتھ ساتھ یہ بھی کہا کہ اللہ کریم آپ کو صحت اور زندگی سے نوازے رکھے۔ اگر مجھے زندگی میں پھر آپ کی مدد کی ضرورت پڑی تو آپ مجھے اسی طرح اپنی بچی سمجھ کر میرے ساتھ تعاون کریں گے۔

(بحوالہ کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات صفحہ نمبر 248)

(بقیہ: خوشیاں آپ کو دیکھ کر مسکرائیں)

حَاجَةٌ هِيَ لَكَ رِضًا اِلَّا قَضَيْتَهَا يَأْزَحِمُ الرَّاجِمِينَ۔

”اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں جو بڑا ہی بردبار ہے کرم کرنے والا ہے پاک ہے اللہ تعالیٰ جو عرش عظیم کا رب ہے، سب تعریفیں اللہ رب العالمین کیلئے ہیں۔ اے اللہ میں تجھ سے سوال کرتا ہوں تیری رحمت کو واجب کر دینے والے اسباب کا اور تیری مغفرت کو پختہ کرنے والی خصلتوں کا اور ہر گناہ سے حفاظت، ہر نیکی کی نعمت کا اور ہر نافرمانی سے سلامتی کا۔ اے اللہ تو میرے کسی گناہ کو بخشے بغیر مت چھوڑ اور میری کسی فکر و پریشانی کو بغیر دور کئے مت چھوڑ۔ اور میری کسی ایسی حاجت کو جو تیری رضا کے مطابق ہو بغیر پورا کئے مت چھوڑ یا ارحم الراحمین۔

دانتوں کی حفاظت کا سوسالہ نسخہ کیسیا

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں

ایک بار کسی کام کے سلسلے میں ٹمبل روڈ جارہا تھا ایک ادھیڑ عمر شخص خلوص سے ملا۔ ملنے کے بعد کہنے لگائیں آپ کی تحریریں اکثر پڑھتا رہتا ہوں کتنے نسخہ ایسے ہیں اور کتنی تراکیب کہ جو میں نے آزمائی ہوں اور مفید ثابت نہ ہوئی ہوں آج میں آپ کو اپنا ایک تجربہ بیان کرتا ہوں جو مجھے ایک ہڈی جوڑنے والے جراح جو موچی دوازے میں بیٹھتے تھے۔ (اللہ بخشے بہت تجربہ کار تھے)، انہیں سے یہ ترکیب مجھے ملی تھی۔ بات یوں ہوئی کہ میں کارپوریشن میں ملازم ہوں ابھی میری ملازمت شروع ہی ہوئی تھی تو میں خود بھی چونکہ موچی دروازے کا رہنے والا تھا ڈیوٹی سے فارغ ہونے کے بعد اسی جراح کی دوکان کے سامنے سے گزرتا ہوتا تھا تو میں ان کے پاس بیٹھ جاتا بعض اوقات انہیں روٹی توڑ کر دیتا، کپڑے کو پھنڈ پھاڑ کر ان کی پٹیاں بناتا رہتا، کبھی کوئی چیز ہاون دستہ میں کوٹ دیتا، کبھی پانی بھر دیتا اور کبھی ان کی چیم میں آگ ڈال دیتا۔ اسی طرح کسی نہ کسی خدمت میں ان کا ہاتھ بٹاتا رہتا۔ وہ زخموں درد و موج اور ہڈی جوڑنے کا کام کرتے تھے۔ لیکن بعض بیماریوں کیلئے وہ ایسی ادویات بھی دیتے تھے جن کے نتائج کی تصدیقات اور تجربات میں ہر روز اپنی آنکھوں سے دیکھتا۔ انہیں ادویات میں ایک دو امجن بھی تھی ان کے پاس جو بھی کوئی بھی شخص دانتوں کی تکلیف، ہلنا، خون کلنا، پیپ پڑنا، پاپیوریا، ماخو رہے چمک دانت ان تمام بیماریوں کیلئے آتا، وہ یہی امجن پڑیا میں ڈال کر بھی کودیتے اور زکیب بے ہاتے کہ صبح نہار منہ انگلی سے دانتوں اور مسوڑھوں پر ہلکا ہلکا ملیں اور دس منٹ کے بعد کلی کر لیں اس طرح رات سوتے وقت۔ وہ ادھیڑ عمر شخص کہنے لگے مجھے خود اور تو کوئی تکلیف نہ تھی لیکن مسوڑھے پھولے ہوئے تھے۔ اور بعض اوقات دانتوں میں ہلکی سی چیمیں اور ٹیس محسوس کرتا تھا۔ میں نے بھی استعمال کیا ہفتے دس دن میں صحت مند ہو گیا۔ اب بھی نافوقاً استعمال کرتا رہتا ہوں شکریہ کے ساتھ ترکیب لے لی۔ اسی دن ایک مذہبی اجتماع سے فارغ ہونے کے بعد کچھ لملاقات کیلئے تشریف لائے۔ ان میں ایک صاحب فری پٹنری چلاتے تھے انہیں یہ نسخہ مریضوں کو استعمال کرنے کیلئے مانے ہدیہ کر دیا۔ چونکہ سختی اور مخلص انسان تھے اس لئے

انہوں نے محنت کر کے یہ نسخہ بنایا اور مریضوں کو مسلسل استعمال کرانا شروع کر دیا۔ ان کے جانے کے بعد میرے پاس جتنے مریض اس مرض کے آئے ان میں سے جو اس نسخے کے بنانے کی استعداد رکھتا تھا میں نے یہ نسخہ ضرور دیا اور جس جس نے بھی بنایا، بہت مثبت نتائج ملے۔ حتیٰ کہ ایک مریض ایسے بھی آئے جس کو ڈاکٹروں نے تمام دانت نکلوانے کا مشورہ دیا تھا جب انہوں نے یہ نسخہ مسلسل استعمال کیا تو تمام دانت محفوظ ہو گئے۔ ایک مریض ایسا بھی ملا جس کے نو دانت مختلف اوقات میں اب تک نکالے جا چکے تھے۔ لیکن درد پیپ، در بے چینی نہ گئی۔ جب انہوں نے یہ نسخہ مسلسل استعمال کیا تو انہیں بہت نفع ہوا حتیٰ کہ انہوں نے دوسرے لوگوں کو یہ بنانا کر دیا۔ ایک ڈینٹل سرجن کو جو صبحی نسخہ جات پر کچھ یقین رکھتے تھے یہی نسخہ استعمال کرنے کو دیا انہوں نے میری سوچ سے بھی زیادہ مقدمہ میں بنایا۔ اور مریضوں کو استعمال کیلئے دیا کچھ ہی عرصہ کے بعد کہنے لگے کہ میرے پاس ایسے قیمتی قیمتی پیسٹ، ماؤتھ واش ادویات اور امیلسن ہیں کہ جن کی تاثیر پر مجھے ناز ہے لیکن میں نے جب یہی استعمال کیا تو اس کے نتائج ان سب سے زیادہ موثر ثابت تھے اور مجھے بہت اطمینان ہوا۔ در میرے مریضوں کا اعتماد مجھ پر بڑھا۔ قارئین میں نے نامعلوم کتنے مریضوں پر یہ ترکیب آزمائی کتنے معین کو یہ فارمولہ گفٹ کیا جس کو بھی دیا اسی نے مفید پایا اور تعریف کی۔ آپ بھی بنالیں کیا خیل ہے صحت جیسی عظیم نعمت کے حصول کیلئے اگر کچھ تھوڑی سی محنت ہو جائے تو قیمت زیادہ نہیں۔ تھوڑی سی توجہ کتنی علاو علاج بیماریوں سے بچنے کا ذریعہ بن سکتی ہے۔

ہوالہ شافی: گائیڈ بھینس کی ٹانگ کی ہڈی جس میں گودہ ہوتا ہے چاہے تازہ لے لیں ورنہ کسی بھی نہاری والے سے ہڈیاں لیکر ان کے سوراخ میں اچھی طرح نمک سفید عام استعمال کا جو کے کھانوں میں استعمال ہوتا ہے۔ (یعنی معدنی ہوکان والا) بھریں۔ ان کو کسی مٹی کے برتن میں ڈال کر مٹی سے لپ کر دیں اور کسی بھی یا تھی آگ دیں کہ ہڈیاں جل کر سوختہ اور سفید ہو جائیں پھر تمام ہڈیاں کوٹ پیس کر نمجن کی طرح باریک کر کے محفوظ کر لیں اور استعمال کریں۔

برے کام کرتا رہوں اور گرفت نہ ہو

ایک شخص ابراہیم بن ادھم کے پاس آیا اور کہا کہ کوئی ایسا طریقہ بتائیں جس سے برے کام کرتا رہوں اور گرفت نہ ہوں۔ حضرت ابراہیم بن ادھم نے فرمایا چند باتیں قبول کر لو۔ پھر جو چاہے کرو۔ اول یہ کہ جب تو کوئی گناہ کرے تو خدا کا رزق مت کھا۔ اس نے کہا یہ تو بڑی مشکل بات ہے کہ رزاق تو وہی ہے۔ پھر میں کہاں سے کھاؤں؟ فرمایا تو یہ کب مناسب ہے کہ تو جس کا رزق کھائے اسی کی نافرمانی کرے۔

دوسری یہ کہ اگر تو گناہ کرنا چاہے تو اس کے ملک سے باہر نکل جا۔ اس نے کہا کہ تمام ملک تو اس کا ہے پھر میں کہاں نکلوں۔ فرمایا تو یہ بات بہت بری ہے کہ جس کے ملک میں رہو اسی کی بغاوت کرنے لگو۔ تیسرے یہ کہ جب تو کوئی گناہ کرنے سے توبہ کی جگہ کر جہاں وہ تجھے نہ دیکھے۔ اس نے کہا یہ تو بہت ہی مشکل ہے۔ اسلئے کہ وہ تو دلوں کے بھید بھی جانتا ہے۔ فرمایا تو یہ کب مناسب ہے کہ تو اس کا رزق کھائے اور اس کے ملک میں رہے ورنہ اسی کے سامنے گناہ کرے۔ چوتھے یہ کہ جب ملک، موت تیری جان لینے آئے تو اسے کہنا ذرا مضرب جیجھ نیک کام کرینے دو۔ اس نے کہا وہ مہلت کب دیتا ہے۔ فرمایا۔ تو یہ مناسب ہے کہ اس کے آنے سے پہلے ہی کر لے۔ دوسرے وقت کو غنیمت سمجھ۔ پانچواں یہ کہ قیامت کے دن جب حکم ہو کہ اسے دوزخ میں لے جاؤ تو کہنا کہ میں نہیں جانتا۔ اس نے کہا وہ زبردستی بھی لے جائیں گے۔ فرمایا۔ اب تو خود ہی سوچ لے کہ کیا تجھے گناہ زیب دیتا ہے۔ وہ شخص قدموں میں گر گیا اور سچے دل سے تائب ہو گیا۔

ہمارے کپڑوں کی ضرورت

ملک بھر سے اچھی رفتار اور تجربہ کار ایسے کمپوزرز کی ضرورت ہے جو ایمان داری سے کام کرنا جانتے ہوں معقول تنخواہ کھانا اور رہائش فراہم کی جائے گی فوری رابطہ کریں۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

بے جا تو میں میں

(عائشہ.....پشاور)

خواب:- میں اپنے گھر میں کھڑی ہوتی ہوں کہ ہمارے گھر میں ایک عورت آ جاتی ہے۔ جس کا سر ہوتا ہے اور وہ بہت عجیب نظروں سے میری طرف دیکھتی ہے مجھے اس عورت سے ڈر لگتا ہے۔ مگر پتا نہیں وہ پھر نظر نہیں آتی۔ اس کے بعد میں اوپر ہوتی ہوں یعنی چھت کی طرف پھر جب میں دیکھتی ہوں تو ہمارے پڑوسیوں کا گھر ہمارے گھر میں گر جاتا ہے جب دوبارہ دیکھتی ہوں تو میری بہن پودے لئے کمرے میں ہوتی ہے۔

تعبیر:- آپ کا یہ خواب آپ کے حق میں اچھا ہے چنانچہ اگر آپ لوگوں کے اپنے مسائل کے ساتھ تعلقات خوشگوار ہیں تو ان سے آپ کو فائدہ پہنچے گا اور راحت ہوگی لیکن اگر تعلقات کشیدہ ہیں تو اسکی وجہ عورتوں کی بے جا 'تو تو میں میں' ہے۔ جس میں زیادہ تصور پڑوس کی عورتوں کا ہے۔ بہر کیف معاملے کی اصلاح کی صورت پیدا کریں اور اللہ کے لیے سب ایک دوسرے کو معاف کریں۔ کیا مسلمانوں پر یہ تھوڑی بڑی آزمائش ہے کہ آج یہ اغیار کی ظلم کی چکی میں پس رہے ہیں اور ہر طرف سے خونی بھیڑیے ان کو نوچ رہے ہیں پھر بھی مسلمانوں کی صفوں میں اتحاد و اتفاق پیدا نہیں ہوتا۔ نہ صرف بین الاقوامی سطح پر بلکہ گھر بلو طور پر بھی ایک خاندان کے چند افراد میں اتفاق و اتحاد، دینی ہم آہنگی اور ایک دوسرے کے جذبات کا احترام نا پیدا رکھائی دیتا ہے۔ مسائل اور پڑوس کے حقوق کا تحفظ و احترام اور محبت و انصاف تو خود غرضی اور عداوت میں بدل گئی ہے اور اس نادان مسلمان نے اسلامی تعلیمات کو پس پشت ڈال کر مغربی درس گاہوں کو رونق بخشی جسکا خمیازہ وہ بھگت رہا ہے!

عمر دراز ہوگی

رفیقہ خان تاندلیاوالہ

خواب:- میں نے خواب میں دیکھا کہ میری پھوپھی اور ان کی بیٹی ہمارے گھر گھومنے آتی تھیں ہم سب آنگن میں بیٹھے باتیں کر رہے تھے کہ اچانک میری پھوپھی کی بیٹی کو پیٹ

میں گولیاں لگیں۔ نہ ہم نے کسی چور اور ڈاکو کو دیکھا نہ ہی کسی شخص کو دیکھا ہم سب رونے لگے اور میری پھوپھی کہنے لگی کہ یہ تو جتنی ہے اور ہشتی ہے پھر ہم اسکو ڈاکٹر کے پاس لے کر جانے لگے تو وہ خود بخود چلنے پھرنے لگی۔ ڈاکٹر نے جلدی سے آپریشن کیا اور کہا کہ یہ تو بچہ لگی۔

تعبیر:- انشاء اللہ آپ کی پھوپھی زاد بہن کی عمر دراز ہوگی اور دشمنوں کے شر و حسد سے محفوظ رہیں گی۔ ان سے کہئے کہ حسب تو فو تیک کچھ صدقہ دیدیں واللہ اعلم۔

نور باطن نصیب ہوگا

(اصغر رانا.....لاہور)

خواب:- میں نے ایک رات میں سارا قرآن مجید پڑھ لیا براہ کرم مہربانی اس کی تعبیر ارشاد فرمادیجئے۔

تعبیر:- ماشاء اللہ بہت مبارک ہے کہ علم و حکمت اور فہم اور دانش میں اضافہ کی طرف اشارہ ہے اس لئے آپ کو چاہئے کہ بیداری کے اعمال میں بھی کثرت سے تلاوت کر کے خواب کو سچا کریں۔

بیماری کا اندیشہ

(اجمل حیات حضرو)

خواب:- میں نے خواب میں دیکھا کہ میرے ہاتھ میں دو کتابیں ہیں۔ ایک عمارت ہے وہاں میں کھڑا ہوا ہوں۔ کیا دیکھتا ہوں کہ بہت سے لڑکے کتابیں ہاتھ میں لئے ہوئے باہر بھاگ رہے ہیں۔ میں بھی بھاگتا ہوں۔ آگے باغچہ آ جاتا ہے وہ باغچہ چڑھائی کی شکل میں ہے۔ یعنی نیچے سے اوپر کی طرف چڑھائی ہے۔ میں بھاگتا ہوں لیکن جب اوپر چڑھتا ہوں تو مجھے آگے اپنا ایک کلاس فیلو نظر آتا ہے۔ جو کہ میرے ساتھ صرف میٹرک تک پڑھا تھا۔ وہ بکریاں چرا رہا ہے۔ بکریوں کو گھاس باغچہ والا کھلا رہا ہوتا ہے میں اس سے ملتا ہوں اور باتیں کرتا ہوں کیا باتیں کرتا ہوں یہ یاد نہیں ہم دو ہیں بیٹھ کر باتیں کرتے ہیں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے

تعبیر:- آپ کے خواب کے مطابق آپ کی مزید تعلیم حاصل کرنے کی کوشش ایک آرزو بن کر رہ جائے گی۔ عملی جامہ نہیں پہنائیں گے۔ البتہ آپ کی زندگی انشاء اللہ خوشحال رہے

گی اور مالی ترقی بھی ممکن ہے۔ بہر کیف اللہ سے خوب دعائیں کرتے رہیں اور مزید تعلیم کی کوشش جاری رکھیں۔ ہرگز مایوس نہ ہوں، دعاؤں سے تقدیریں بھی بدل جاتی ہیں۔ مزید تعلیم تو ایک اچھا مقصد ہے اور اچھائی کے ساتھ اللہ کی مدد ہوتی ہے۔

شراب محبت الہی کا مزہ چکھیں

(رمضان سرگودھا)

خواب:- میں نے خواب میں دیکھا کہ میں کلاس میں موجود تمام بچوں کو شراب پلا رہا ہوں۔ جو ایک بالٹی میں موجود تھی اور خود بھی پی رہا ہوں۔ جبکہ میں چھٹی کلاس میں پڑھتا ہوں۔ اس خواب کی تعبیر بتائیں مہربانی ہوگی۔

تعبیر:- اللہ تعالیٰ آپ سے آئندہ زندگی میں مخلوق خدا کی خدمت کا کام لیں گے اور مخلوق کو آپ سے راحت پہنچے گی۔ خود آپ کو بھی ان سے نفع پہنچے گا۔ اور زندگی مفید بھی ہوگی اس لئے آپ فوری کسی عامل توجع سنت شیخ سے روحانی تعلق قائم کر کے شراب محبت الہی کا مزہ چکھیں اور اپنے افکار و اعمال کو قنود شریعت کا پابند کریں۔ فقط واللہ اعلم۔

دل کی ویرانی دور کریں

(ش۔ج اراد پلندی)

خواب:- میں نے خواب میں دیکھا کہ میں اپنے کزن کے ساتھ اوپر چھت پر گئی تو بہت تیز آندھی چلی۔ یہ شام کا وقت تھا۔ اور میں دوڑ کر نیچے آ گئی اور جب میں نے اوپر اپنے بائیں طرف دیکھا تو وہاں دو تین قبریں تھیں یہی خواب مجھے کا فی سال پہلے آیا تھا اور اب پھر یہ خواب مجھ کو تین بار آیا ہے۔

تعبیر:- آپ کا یہ خواب آپ کے حق میں اچھا نہیں ہے اور آپ کی دینی حالت کے فساد پر دلیل ہے۔ اگر آپ نے اپنے آپ کو نہیں سنوارا اور اسلامی تعلیمات کو نہ اپنایا تو بہت سی پریشانیوں میں گھر سکتے ہیں۔ اور ترقی و راحت کے سارے راستے مسدود ہو سکتے ہیں۔ اس لئے آپ نماز، تلاوت وغیرہ نیک اعمال کے ذریعے اپنے کریم آقا کے ساتھ تعلق مضبوط کیجئے اور دل کی قبرستان جیسی ویرانی کو محبت الہی کے نور سے پر رونق کیجئے۔ اللہ توفیق عطا کرے آمین۔

کلونجی برص اور ہندو جوگی

کلونجی اور برص

روانے برص

بریں موت سے بچنے کا
ایک نبوی وعلیہ السلام نسخہ (ابوبکر صدیق)

شیطان کے پریشان کرنے اور زمانے کے وقت اذان کہا

جب شیطان کسی کو پریشان کرے اور ڈرائے اس وقت بلند آواز سے اذان کہنی چاہئے، کیونکہ شیطان ذن سے بھاگتا ہے، حضرت سہیل بن ابی صالح کہتے ہیں کہ میرے والد نے مجھے بنو حارثہ کے پاس بھیجا، اور میرے ہمراہ ہمارا ایک بچہ یا ساتھی تھا۔ دیوار کی طرف سے کسی پکارنے والے نے اس کا نام لیکر آواز دی، اور اس شخص نے جو میرے ہمراہ تھا دیوار کی طرف دیکھا تو اس کو کوئی چیز نظر نہیں آئی، پھر میں نے اپنے والد صاحب سے اس کا تذکرہ کیا تو انہوں نے فرمایا: اگر مجھے پتہ ہوتا کہ تمہیں یہ بات پیش آئے گی تو میں تم کو نہ بھیجتا۔

وَلَكِنْ إِذَا سَمِعْتَ صَوْتًا فَنَّا دِبا لَصَلْوَةِ فَإِنِّي سَمِعْتُ أَبَا هُرَيْرَةَ يُحَدِّثُ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ: إِنَّ الشَّيْطَانَ إِذَا نُوْدِيَ بِالصَّلَاةِ وَلَّى وَلَهُ حُصَاصٌ.

لیکن (یہ بات یاد رکھو کہ) جب تم کوئی آواز سنو تو بلند آواز سے اذان کہو، کیونکہ میں نے حضرت ابو ہریرہؓ کو حضور اکرم ﷺ کی یہ حدیث بیان کرتے سنا ہے کہ جب اذان کہی جاتی ہے تو شیطان پیٹھ پھیر کر گوز مارتا ہوا بھاگتا ہے۔ (مسلم شریف جلد ۱ صفحہ ۱۶)

مسکین کو اپنے ہاتھ دیا

حضرت عثمانؓ کہتے ہیں حضرت حارثہ بن نعمانؓ کی بیٹائی جا چکی تھی انہوں نے اپنی نماز کی جگہ سے لے کر اپنے کمرے کے دروازے تک ایک رسی باندھ رکھی تھی۔ جب دروازے پر کوئی مسکین آتا تو اپنے نوکرے میں سے کچھ لیتے اور رسی کو پکڑ کر دروازے تک جاتے اور خود اپنے ہاتھ سے اس مسکین کو دیتے۔ گھر والے ان سے کہتے آپ کی جگہ ہم جا کر مسکین کو دے آتے ہیں وہ فرماتے میں نے رسول اللہ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا ہے کہ مسکین کو اپنے ہاتھ سے دینا بری موت سے بچاتا ہے۔ (حیاء، ص ۲۳۲ جلد ۲ صفحہ ۲۳۲)

بانجی اور کلونجی ہم وزن کوٹ ہیں کر دو سے تین گرام صبح شام اسی عرق کے ہمراہ استعمال کرائیں۔ تو مریشان برص کیلئے بہت جلد شفاء کا پیغام لاتی ہے۔

میں مالدار آدمی ہوں مگر میرے کوئی اولاد نہیں

ایک روایت ہے کہ حضرت امام حسنؑ ایک مرتبہ حضرت امیر معاویہؓ کے پاس تشریف لے گئے تو آپؓ سے حضرت امیر معاویہؓ کے ایک ملازم نے کہا میں مالدار آدمی ہوں مگر میرے کوئی اولاد نہیں، مجھے کوئی ایسی چیز بتائیے جس سے اللہ تعالیٰ مجھے اولاد عطا فرمائے۔ آپؓ نے فرمایا استغفار پڑھا کرو۔ اس نے استغفار کی یہاں تک کثرت کی کہ روزانہ سات سو مرتبہ استغفار پڑھنے لگا۔ اس کی برکت سے اس کے دس بیٹے ہوئے۔ دوسری مرتبہ جب اس شخص کو نیاز حاصل ہوا تو دریافت کرنے پر امام حسنؑ نے فرمایا کہ تو نے حضرت ہو کا قول نہیں سنا جو انہوں نے فرمایا: ”يَزِدُكُمْ قُوَّةً إِلَى قُوَّتِكُمْ“ اور حضرت نوحؑ کا یہ ارشاد ”يُضِدُّكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ“ (فائدہ) معلوم ہوا کہ کثرت رزق اور حصول اولاد کے لئے استغفار کا بکثرت پڑھنا قرآنی عمل ہے۔

(حاشیہ قرآن از مولانا سید نعیم الدین مراد آبادی)

اس کے علاوہ اور بہت کچھ اس کتاب میں (توبہ کے کمالات، صفحہ نمبر 41)

میری پوری زندگی مل رہی ہے۔

اگر آپ 5 سال یا 10 سال یا اس سے بھی زیادہ یا کم کی ممبر شپ چاہتے ہیں تو اس کے مطابق رقم ارسال کر دیں۔ اس طرح بار بار رقم جمع کرانے کی زحمت سے بچ جائیں گے۔ کاغذ اور پرینٹنگ کی قیمت بڑھنے سے رسالے کی قیمت اگر نا چاہتے ہوئے مجبوراً بڑھانا پڑی تو آپ کو اطلاع ہو جائے گی۔

برص ایک ایسا مرض ہے جو انسان کے ظاہری حسن اور خوبصورتی کو تباہ کر دیتا ہے۔ جسم پہ پہلے جگہ جگہ سفید داغ نمودار ہوتے ہیں۔ یہ داغ آہستہ آہستہ بڑھتے جاتے ہیں۔ اور پھر یہ بڑھتے بڑھتے پورے جسم کو اپنی پلیٹ میں لے لیتے ہیں۔ اور یوں انسان کا جسم بد نما ہو جاتا ہے۔ لیکن ذیل کا نسخہ برص کی جملہ اقسام کیلئے مفید اور موثر ہے۔ بلکہ ۱۹۴۵ء میں دہلی میں منعقد مشہور طبی کانفرنس میں ایک ہندو وید نے یہ نسخہ ہزاروں کی تعداد میں موجود اطباء میں بہت فخر سے پیش کیا تھا۔ اور بعد میں اس نسخے کی تصدیق آزمانے کے بعد اس وقت کے مختلف اخبارات اور طبی رسائل نے کی تھی۔

حوالہ ثانی: ہلدی سبز ایک کلو، کلونجی ایک کلو، نیم کی نمولی نیم کوئی ہوئی پانچ کلو، میٹھ ایک کلو، گل منڈی ایک کلو۔

ان تمام کو ایک من پانی میں بھگو رکھیں۔ دس دن بھگونے کے بعد ان تمام کا عرق مرجمہ طریقے کے مطابق کشید کریں اور مریض برص کو ۵ تولے عرق صبح و شام تین ماہ تک پلائیں۔ اور بیرونی طور پر لگانے کیلئے مریض کو انڈے کی زردی کے نیل اور باریک پس ہوئی کلونجی والا لپ گوائیں۔ یہ نسخہ بعض ایسے مریضوں نے بھی آزمایا۔ جن کو کوڑھ کی تکلیف تھی۔ اور کوڑھ کے مرض کے سالہا سال کے علاج سے افادہ نہیں ہوا تھا۔ لیکن انہوں نے جب یہ نسخہ استعمال کیا تو اس کی سیر اور یقینی فوائد نمودار ہوئے۔

ایک ہندو وید کی وضاحت

اس نسخے کے ضمن میں ایک ہندو وید نے عجیب وضاحت کی۔ اس کا لکھنا ہے کہ میں نے اس نسخے کو آزمانے کے طور پر اس سے کلونجی نکال لی۔ اور کلونجی کے علاوہ باقی تمام اجزاء کا عرق استعمال کیا۔ لیکن مجھے افادہ نہ ہوا۔ یعنی میرے مریض کو افادہ نہ ہوا۔ لیکن جب میں نے یہی نسخہ کلونجی کے اضافے کے ساتھ استعمال کیا تو حیرت انگیز تبدیلی رونما ہوئی۔ بعض اوقات مریضوں کو کھانے کیلئے ساتھ ایک اور نسخہ بھی دیا۔

وادی اماں کی چٹاری سے نانی اماں کے ٹونگوں سے

گھر بنانے، گھر سجانے، گھر سنوارنے اور گھر بھر کی صحت کے لئے

غید گریدوٹے

(۱) چوپر اور پلینڈر کو ہر ماہ تھوڑا سا نمک ڈال کر پانچ منٹ تک چلائیں چھریاں تیز ہو جائیں گی۔ (۲) اگر سنک میں کچرا جمع ہو جائے تو دو کھانے کے پیچھے سوڈا بائیکا ربوئیت سنک ڈرین میں ڈال کر اوپر سے ایک کپ سرکہ ڈال دیں۔ ایک گھنٹے میں بند ڈرین کھل جائے گا۔ (۳) کوئی بھی چیز تلتے ہوئے کڑا ہی میں دو یا تین بوند لیموں کے رس کی ڈال دیں تو تیل۔ تلی ہوئی چیز میں کم جذب ہوگا۔ (۴) چروے کے سینڈل میلے ہو جائیں تو تارپین کے تیل سے بالکل صاف ہو جائیں گے۔ (۵) ڈبل روٹی کا ایک ٹکڑا لے کر آئل پینٹنگ کے اوپر پھیریں پینٹنگ چمک اٹھے گی۔ (۶) سوکھ بورڈ کو چمکانے کیلئے نیل پالش ریوور کو کسی بھی کپڑے یا روٹی پر لگا کر صاف کریں تو وہ چمک اٹھے گا۔ (۷) فرش پر اگر روغن کے دھبے پڑ جائیں تو انہیں مٹی کے تیل کی مدد سے دور کریں۔ (۸) ٹوتھ پیسٹ چھالوں پر لگانے سے چھالے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ (۹) کپڑے پر اگر سیاہی یا بال پوائسٹ کی لکیریں لگ جائیں تو انہیں اسپرٹ سے صاف کریں۔ (۱۰) فرش پر اگر پیلے بدنام داغ پڑ جائیں تو پانی میں سرکہ اور سرف ملا کر دھوئیں فرش جگمگا اٹھے گا۔ (۱۱) پنیر کو گرم پانی میں ڈال کر تھوڑی دیر رکھیں اور پھر اسے کسی بھی سبزی میں ڈال کر پکائیں پنیر نہیں ٹوٹے گا۔ (۱۲) ہتھی کی کڑواہٹ دور کرنے کے لئے اس میں نمک اور ہلدی کس کریں کچھ دیر رکھنے کے بعد دھو لیں کڑواہٹ ختم ہو جائے گی۔ (۱۳) چپاتیوں کو چند دنوں کیلئے میں چپاتیوں کے ساتھ ہوزا سا اورک بھی رکھیں چپاتیاں نرم اور تازہ رہیں گی یا پھر چپاتیاں پلاسٹک کی تھیلی میں بند کر کے فرج میں رکھیں روٹی نرم رہے گی۔ (۱۴) اگر چھری کو ابالے ہوئے پانی میں ڈبو کر ڈبل روٹی کو کاٹا جائے تو وہ با آسانی کٹ جائے گی۔ (۱۵) لیموں کے چھلکے اگر سبزیاں ابالنے والے پانی میں ڈال دے جائیں تو ان کی رنگت خوشنما رہتی ہے۔ (۱۶) پرانی وضع کی مسہریاں جو پرانی

ایک ورزش۔ ہزار فائدے

مردوں اور عورتوں کے لیے یکساں مفید

ورزش، کمزوری اور بڑھاپے کی ہزار دواؤں کی ایک دوا ہے۔ ورزش بڑھاپے کی تیزی سے بڑھتے ہوئے کے لیے بریک ثابت ہوتی ہے۔ ورزش کے ساتھ متوازن اور متناسب غذا استعمال کرنے والے اپنی عمر کے لحاظ سے خود کو دس بیس سال کم عمر محسوس ہوتے ہیں اور ورزش کے لیے عمر کی کوئی قید نہیں ہوتی ہے۔ ہر شخص جب چاہے ورزش شروع کر کے بے شمار فوائد حاصل کر سکتا ہے، لیکن اس کے لیے باقاعدگی اور مستقل مزاجی بے حد ضروری ہے۔ ورزش اس لیے ضروری اور مفید ہے کہ اس سے جسم کا مدافعتی نظام یعنی امراض سے مقابلے کی صلاحیت بہتر ہوتی ہے۔ زائد وزن خاص طور پر چربی سے نجات ملتی ہے۔ قلب کے عضلات کے ناکارہ ہو جانے کا خطرہ ٹل جاتا ہے۔ جسم چھریاں اور سڈول ہو جاتا ہے۔ قلب کی تکلیف کا خطرہ دور ہو جاتا ہے۔ جسمانی سرگرمی کے دوران جسم، چربی جلا کر توانائی حاصل کرتا ہے۔ جسم میں پھیپھڑوں کے بالائی حصے میں چھوٹ کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے۔ ذہنی دباؤ اور کشیدگی سے ہونے والا درد دور ہو جاتا ہے۔ آکسیجن بھر پور انداز میں جذب ہوتی ہے۔ عضلات (پٹوں) کی توانائی بڑھ جاتی ہے۔ پتلے گوشت یعنی پٹوں کے ریشے محفوظ رہتے ہیں۔ ہائی بلڈ پریشر کی تکلیف کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ جوڑوں کے ہڈیوں اور ڈورسوں کے اور مضبوط ہوتے ہیں۔ قلب کی شریانوں کا دوران خون بہتر ہوتا ہے۔ خون میں معز کو لیٹرول کی سطح کم اور مفید کو لیٹرول کی سطح بڑھ جاتی ہے۔ فوری یادداشت کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے۔ نظر ٹھیک اور تیز رہتی ہے اور گھلا کما سے محفوظ رہتا ہے۔ ذیابیطس قسم دوم (غیر انسولینی) کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ فکر و پریشانی دور ہوتی ہے۔ تمباکو کا استعمال ترک کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ جوڑوں کو کمزوری سے بچاتی ہے۔ جنسی خواہش بڑھاتی اور کارکردگی اور تسکین میں اضافہ کرتی ہے۔ ذہنی دباؤ (اسٹریس) سہارنے کی صلاحیت بڑھاتی ہے۔ اچھی گہری نیند لاتی ہے۔ بڑی آنت کے سرطان سے محفوظ رکھتی ہے۔ چھاتی کے سرطان کا خطرہ کم کرتی ہے۔ مٹانے کے غدد کے سرطان کا خطرہ کم کرتی ہے۔ فالج کا خطرہ کم کرتی ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 22 پر)

ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں:

ملک بھر سے "ماہنامہ معرقی" کی ایجنسی حاصل کرنے کے خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور اپنی ڈیمانڈ کیلئے اس پتہ پر رابطہ فرمائیں:

ادارہ اشاعت الخیر

حضور باغ روڈ، ملتان۔

فون: 061 4514929- 0300-7301239

شعور کی تعمیر کے بغیر کوئی بھی چیز حاصل نہیں ہوتی

مولانا وحید الدین خان

ایک شخص اپنے بیٹے کو ڈاکٹر بنانا چاہتا ہو اور اس سے کہے کہ تم پہلے بازار میں ایک دکان لیکر مطب کھول لو۔ اس کے بعد ڈاکٹری پڑھتے رہنا۔ اگر کوئی باپ اپنے بیٹے کو اس قسم کا مشورہ دے تو لوگ اس کو پاگل یا کم از کم غیر سنجیدہ انسان سمجھیں گے۔ کیوں کہ ڈاکٹری پہلے سیکھی جاتی ہے اور مطب اس کے بعد کھولا جاتا ہے۔ مگر عجب بات ہے کہ یہی الٹا کام ہمارے تمام لیڈر کر رہے ہیں۔ اس کے باوجود کوئی انھیں غیر سنجیدہ نہیں کہتا۔ بلکہ انہیں مفکر اور رہنما کا خطاب دے دیا جاتا ہے۔ موجودہ زمانہ میں جولیڈر اٹھے وہ تقریباً سب کے سب قوم کو اسی قسم کی لا حاصل رہنمائی دیتے رہے۔ پہلے سیاسی آزادی حاصل کر لو، اسکے بعد قومی تعمیر کا کام کرنا۔ پہلے ایک زمینی خطہ حاصل کر لو، اس کے بعد وہاں اسلامی نظام جاری کرنا۔ پہلے حکومت کا تختہ الٹ دو، اس کے بعد اصلاح معاشرہ کا کام انجام دینا، پہلے پارلیمنٹ سے قانون پاس کر لو اس کے بعد لوگوں کی ذہنی اصلاح کرنا وغیرہ۔

اس قسم کی تمام باتیں اتنی ہی بے معنی ہیں جتنا ڈاکٹری سیکھنے سے پہلے ڈاکٹری دکان کھولنا۔ یہی وجہ ہے کہ اس سوسال سے بھی زیادہ لمبی مدت تک ہنگامہ آرائی کرنے کے باوجود مسلمانوں کے حصہ میں برابری اور ناکامی کے سوا اور کچھ نہیں آیا۔ انسان کوئی لوہا یا لکڑی نہیں ہے۔ جس کو مرحلہ وار گڑھا جا سکے۔ انسان ایک ہی بار بنتا ہے اور یہ پہلی بار جیسا بن جائے اسی پر وہ ہمیشہ قائم رہتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ خارجی انداز کی تحریکیں اپنے دوسرے مرحلہ کے منصوبہ میں ہمیشہ ناکام رہتی ہیں۔ خارجی نشانہ پورا کرنے کے بعد ان کے لیڈر افراد کی داخلی اصلاح پر تقریریں شروع کرتے ہیں۔ مگر اس قسم کی تقریروں کا ایک فی صد بھی فائدہ نہیں ہوتا۔ اس قسم کا تجزیہ انسانی نفسیات سے بے خبری ہے اور بد قسمتی سے موجودہ زمانہ کے تمام لیڈر نفسیات انسانی سے اسی بے خبری کی مثال بنے ہوئے ہیں۔ تعمیر قوم حقیقتاً تعمیر شعور کا دوسرا نام ہے۔ شعور کی تعمیر کے بعد ہر چیز اپنے آپ حاصل ہو جاتی ہے، شعور کی تعمیر کے بغیر کوئی بھی چیز حاصل نہیں ہوتی۔

کون ہے جو شیطان سے حفاظت چاہتا ہو؟

شیطان سے بچنے کا طریقہ

(حدیث معاذ بن جبلؓ) جناب نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: (ترجمہ) بکریوں کے بھڑیے کی طرح شیطان بھی ایک قسم کا بھیڑیا ہے جو دور کی اور ایک طرف کی بکریوں کا شکار کرتا ہے۔ تم اپنے آپ کو متفرق جماعتوں میں تقسیم نہ کرنا بلکہ ایک ہی جماعت کو اور جس طرف مسلمانوں کی غالب اکثریت ہو اس کو اور مسجد کو لازم پکڑنا۔ (مسند احمد)

مسجد کے اہل فرشتوں کے ہم نشین

(حدیث عبداللہ بن سلامؓ) جناب نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: (ترجمہ) بلاشبہ مسجد کے اوتاد ہیں (مسجد کے باہر کہیں) چلے جائیں تو فرشتے ان کو ڈھونڈتے ہیں، اگر یہ مریض ہو جائیں تو فرشتے ان کی عیادت کرتے ہیں اگر کسی کام میں مشغول ہوں تو وہ فرشتے ان کی مدد کرتے ہیں۔

اوتاد سے مراد وہ مسلمان ہیں جو زیادہ تر اپنا وقت مسجد میں اعتکاف، ذکر اللہ، تلاوت قرآن پاک اور نوافل میں گزارتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ سب مسلمانوں کو اس کی توفیق دے آمین (مترجم)

(بقیہ: صرف تین شب میں سخت مشکل فوری ختم)

تین روز کے اندر انشاء اللہ حاجت پوری ہو جائے گی۔ قحط سالی دور ہو۔ اگر کسی ملک میں قحط سالی کے نشان معلوم ہوں اور بارش نہ ہو گیا (۱۱) آدمی ”یا وہاب“ کا ختم پڑھیں۔ اکہتر ہزار دفعہ تین دن تک برابر پڑھا جائے۔ چوتھے ہی دن انشاء اللہ بحیرۂ ینہ برے کا ختم یہ ہے کہ اول گیارہ شخص با وضو ہو کر بیٹھیں اور انیس انیس دفعہ پڑھیں۔

وَاللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَعَدَدُ مَا فِیْ عِلْمِ اللّٰهِ صَلَوةٌ ذَاتِمَةِ بَدْوَامٍ مُلْكُ اللّٰهِ
اس کے بعد اکہتر ہزار دفعہ ”یا وہاب“ پڑھ کر پھر انیس دفعہ مندرجہ بالا درود شریف پڑھیں اور دعا باران کی کریں انشاء اللہ جلد مقصود حاصل ہو۔

قیامت میں اللہ تعالیٰ کے عرش کے سامنے

(حدیث ابو ہریرہؓ) جناب رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: (ترجمہ) سات قسم کے لوگ وہ ہیں جن کو اللہ اس دن اپنے (عرش کے) سامنے تلے جگہ دیں گے جس دن اس کے سامنے کے سوا کوئی سایہ نہ ہوگا۔ (۱) عادل حکمران (۲) وہ نوجوان جو اللہ تعالیٰ کی عبادت کرتے کرتے پروان چڑھا (۳) وہ شخص جس کا دل (ہر وقت نماز اور ذکر اللہ کے لیے) مسجد کے ساتھ لگا رہتا ہے (۴) وہ شخص جو آپس میں اللہ کے لیے محبت کرتے ہیں اسی حالت میں آپس میں ملتے ہیں اور اسی پر علیحدہ ہوتے ہیں (۵) وہ شخص جس کو کوئی منصب و جمال والی عورت گناہ کی دعوت دے اور یہ جواب دے کہ میں اللہ عزوجل سے ڈرتا ہوں (۶) وہ شخص جو کسی قسم کا صدقہ کرے پھر اس کو اس طرح سے چھپائے کہ اس کے ہاتھیں ہاتھ کو بھی علم نہ ہو کہ دائیں ہاتھ نے کیا خرچ کیا۔ (یعنی صدقہ کر کے اس کو اچھی طرح سے چھپائے) (۷) وہ شخص جس نے تنہائی میں اللہ کو یاد کیا اور اس کی آنکھیں (آنسوؤں سے) بہہ پڑیں۔ (بخاری، مسلم)

ایسے شخص کے لیے رزاق کی گواہی

(حدیث ابوسعید خدریؓ) جناب نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا (ترجمہ) جب تم کسی شخص کو دیکھو کہ اس نے مسجد میں عبادت کے لیے آنے جانے کی عادت بنائی ہے تو اس کے ایمان کی گواہی دو۔ (کیونکہ) اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں بے شک اللہ کی مساجد کو وہی شخص آباد رکھتے ہیں جو اللہ پر اور آخرت کے دن پر ایمان لایا ہو۔ (ترمذی)

اللہ کی خوشی

(ترجمہ) جو شخص نماز اور ذکر اللہ کے لیے مسجد کو اپنا مرکز بنا لے تو اللہ تعالیٰ اس سے ایسے خوش ہوتے ہیں جیسے غائب رہنے والے شخص کے گھر والے اپنے غائب کے واپس آنے سے خوش ہوتے ہیں (ابن ماجہ، ابن خزیمہ، ابن حبان، حاکم)

گریپ فروٹ کا نام سن کر منہ نہ بنائیں

پاپیٹ کی طرح اکثر افراد گریپ فروٹ کا نام سن کر منہ بنا لیتے ہیں۔ ان کی نظر میں ان دونوں پھلوں میں ذائقہ نہیں ہوتا، لیکن وہ یہ حقیقت بھول جاتے ہیں کہ اصل ذائقہ اچھی صحت کا ہوتا ہے اور اسے قائم و برقرار رکھنے کے لیے دونوں کا استعمال ضروری ہوتا ہے۔ پاپیٹ کی کم مٹھاس اور گریپ فروٹ کی تلخی ترشی پر نہ جائے۔ ان سے صحت کو بچانے والے فائدوں پر نظر رکھیے اور انھیں نوش جاں کر کے اپنی صحت بنائیے۔ روزانہ گریپ فروٹ کھانے والے بڑے فائدے میں رہتے ہیں، کیوں کہ قدرت کا تحفہ یہ پھل، کولیسٹرول کم کرنے کی بڑی صلاحیت رکھتا ہے۔ ہر پھل میں حل ہونے والا ریشہ، پیک ٹین ہوتا ہے۔ اس ریشے میں کولیسٹرول کو گھٹانے اور خون سے سمیٹ کر اسے خارج کرنے کی بڑی صلاحیت ہوتی ہے۔ گریپ فروٹ میں چوں کہ ریشہ بہت ہوتا ہے، اس لیے اس میں یہ صلاحیت بھی زیادہ ہوتی ہے۔ اسے مسلسل چار ماہ تک استعمال کرنے سے کولیسٹرول کی سطح میں اوسطاً 7-6 فی صد کی ہوجاتی ہے۔ گریپ فروٹ کے پیکٹ ٹین سے قلب و صحت کے لیے مضر اور خراب کولیسٹرول ایل ڈی ایل کی سطح میں 10 فی صد تک کمی ہو سکتی ہے۔ گریپ فروٹ کا تعلق بھی لیموں کے خاندان سے ہے، یعنی مسمی، مالٹا، سنترہ، کینو، چکوتہ وغیرہ سب اسی کے بھائی بند ہیں، لیکن خاص طور پر گریپ فروٹ میں دیگر ترش پھلوں کے مقابلے میں ”لیمونین“ نامی ترش روغن زیادہ ہوتا ہے۔ اس کے تیل یا روغن میں لیبارٹری کی چوہوں کی چھاتیوں کی رسولیاں کم کرنے کی بڑی صلاحیت کا انکشاف بھی ہوا ہے۔ یہ بات آپ کے علم میں ہوگی کہ اس وقت دنیا کے مختلف ملکوں میں سرطان پر مسلسل تحقیق ہو رہی ہے۔ ان میں امریکا کا نیشنل کینسر انسٹی ٹیوٹ سرفہرست ہے۔ یہ ادارہ دیگر مانع سرطان اجزاء کے علاوہ لیمونین اور ترش پھلوں کی سرطان سے مقابلہ کرنے کی صلاحیت پر بھی کروڑوں ڈالر خرچ کر رہا ہے، کیوں کہ گریپ فروٹ اور ان پھلوں میں سرطان روکنے کی بڑی صلاحیت پائی جاتی ہے۔ ترش پھلوں میں دراصل فلیونائیڈز کے

علاوہ فینولکس (کاربولک ایسڈ) جیسے موثر مانع خفن (اینٹی سپٹک) اجزاء ہوتے ہیں۔ سبز چائے میں پائے جانے والے فلیونائیڈز کی طرح گریپ فروٹ میں شامل موجود فلیونائیڈز اور فینولکس چونکہ بڑے موثر مانع نکسید (اینٹی آکسائیڈنٹ) ہوتے ہیں، یہ جسم میں ایسے اجزاء تیار کرتے ہیں جو رسولیاں بنانے والے اجزاء کا خاتمہ کر دیتے ہیں۔ ترشادہ پھل ہونے کی وجہ سے گریپ فروٹ میں حیاتین ج (وٹامن سی) بھی خوب ہوتا ہے۔ ایک گریپ فروٹ میں ۴۱ ملی گرام وٹامن سی ہوتا ہے۔ یہ مقدار روزانہ درکار حیاتین ج کی دو تہائی مقدار کے برابر ہوتی ہے۔ اس حیاتین کا جسم کی امراض سے لڑنے کی صلاحیت سے بڑا گہرا تعلق ہوتا ہے، یعنی اس سے جسم کی قوت مدافعت مستحکم رہتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

کلونجی اور برین ٹیومر

مجھے دماغی رسولی تھی۔ کلونجی کے کرشٹ کتاب کے حوالے سے نسخہ سرس اور کلونجی ہم وزن پیس کر بڑے کپسول بھر کر ایک کپسول دن میں ۴ بار نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کیے۔ اس کے کیا فوائد ہوئے وہ حیرت سے کم نہ تھے حتیٰ کہ برین سرجن (نیوروسرجن) جنہوں نے آپریشن کے لیے کہا تھا وہ حیران ہوئے کہ ہم تو دماغی آپریشن کا مشورہ دے چکے تھے۔ لیکن یہ حیرت انگیز کرشمہ ہے میں نے کتنے لا جواب فوائد محسوس کیے ان میں سے چند نوٹ فرمائیں۔

(۱)..... چلتے چلتے گرنے کا احساس جو کہ ختم ہو گیا۔ جسم متوازن ہوا اور صحت ملی۔

(۲)..... چھوٹا پیشاب آنے پر نکلنے کا احساس ختم ہوا حتیٰ کہ 2 یا تین گھنٹے گزر جاتے پھر بھی خود کیا اور بھی ٹائم نکل سکتا تھا۔ مثلاً طاقت ور ہوا۔

(۳)..... ایک ماہ میں دو یا تین مرتبہ پیشاب اور گیس ہوتی تھی، ختم ہو گئی۔ پٹھے، اعصابی نظام مضبوط ہوا۔ اور جسم میں کسی قسم کی درد نہیں ہوئی سر کے چکر بھی ختم ہو گئے۔

(عبدالحمید۔۔۔ کراچی)

(بقیہ: کھلانے اور پلانے والی مسنون دعا کا شکر یہ)

کا اللہ کی طرف سے عنایت ہونا الگ احسان ہے اور اس کو کھلانا، منہ میں پہنچانا اور وہاں سے پیٹ میں لے جانا اور صحت کے لیے معید بنانا دوسرا بڑا احسان ہے، اسی لیے اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا کہ صرف کھانا دینے پر نہیں بلکہ کھلانے پر بھی اللہ کا شکر ادا کریں، آپ نے ہمیں تعلیم دی کہ ہم کھانا کھانے پر اللہ کا شکر اس طرح ادا کریں کہ اسے اللہ! تو نے اپنے فضل سے نہ صرف ہمیں رزق دیا بلکہ کھلایا بھی اور پلایا بھی، اس پر تیری ہی ذات تعریف کے قابل ہے، ہم نے تیرا دیا ہوا کھانا کھا کر تیری ناشکری نہیں کی، تیری بغاوت کرتے ہوئے شرک و کفر نہیں کیا بلکہ تیرے کرم سے ہم مسلمان بھی ہیں اس پر بھی ہم اللہ! تیری شکر ادا کرتے ہیں۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ اَطْعَمَنَا وَ سَقَانَا وَ جَعَلَنَا مِنَ الْمُسْلِمِیْنَ (مولانا محمد الیاس ندوی)

(بقیہ: قارئین کی خصوصی تحریریں)

یہ صبح وشام کے اذکار پکڑ پکڑ کر رسول ﷺ کی پیاری دعا میں، میں ہا آسانی مل جائیں گے۔ ان کو اپنی زندگی کا لازمی حصہ بنائیں اسکو پڑھنے سے آپ اللہ تعالیٰ کی حفاظت میں رہیں گے اسکو اپنے اوپر اس طرح لازم کریں جیسے کھانا پینا لازمی ہے۔ صبح کا ناشتہ اگر بھول جائے تو کوئی بات نہیں مگر صبح کے اذکار نہ بھولیے۔ ان کے سستی پر اگر آپ غور کر کے پڑھیں گے تو خود بخود آپکو پتہ چل جائے گا کہ یہ شیطان سے کس طرح اللہ کی حفاظت میں دیتے ہیں۔ آپ کو خود محسوس ہوگا کہ آپ اللہ کی حفاظت میں ہیں۔

تین قل بھی لازمی صبح وشام تین مرتبہ پڑھیں رات کو نبی کریم ﷺ کی بھی سنت تھی کہ بستر پہ جب لیٹتے تو معوذتین (العلق، الناس) تین تین مرتبہ دعا کی طرح اٹھا کر پڑھتے اور پھر ان پر پونک مار کر پورے بدن پر جہاں جہاں ہاتھ جاتا، بھیرتے۔ یقیناً مایے جب آپ یہ عمل کریں گے تو رات کو سکون کی نیند آئے گی کیونکہ ہمارے ساتھ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ بلاوجہ سر میں درد۔ ناگوں میں بھڑک لگ جاتی ہے۔ رات کو ایسی بے چینی ہوتی لگتی ہے۔ جس کی کوئی وجہ نہیں ہوتی اگر آپ اس سنت پر عمل کریں گے تو انشاء اللہ بے چینی دور ہو جائے گی اور سکون کی نیند آئے گی۔

آخر میں یہ کہ جب ہم دین کی اصل سے ہٹتے ہیں تو ہمارے لیے مشکلات پیدا ہوجاتی ہیں۔ اللہ کے رسول ﷺ نے جو فرمایا وہ بالکل سچ فرمایا ان کی ایک ایک بات میں کوئی نہ کوئی حکمت پوشیدہ ہے۔ بس ہمیں ان احادیث سے استفادہ کرنے کی ضرورت ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کے عمل کو سنت کے قریب تر کر دے۔ (آمین ثم آمین)

12 رسالوں پر مشتمل مہری کی مکمل مال

مضبوط جلد، محفوظ رسالے۔ آج ان طلب فرمائیں۔ یہ فائل موجودہ اور آئندہ مسائل کے حل کے لیے ایک کامیاب گہریلو معالج ثابت ہو گی۔ ایک سال کی مکمل فائل قیمت 200/- روپے علاوہ ڈاک خرچ

آٹکھوں کے سامنے اندھیرا ہو جاتا ہے	دال، سبزی اور تندوری روٹی بھی نہیں کھا سکتا	میری عادتیں لڑکوں کی طرح ہو جائیں	معدہ میں درد کا مسئلہ ہے	تین سال سے خارش ہے
---------------------------------------	--	--------------------------------------	-----------------------------	-----------------------

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج و مشورہ ہے گا تو جب حسب امور کے لئے پتہ لگے ہو جو طبی اندازہ نمبر ارسال کریں۔ ہتے ہوئے ضابطہ نمبر 118 لگائیں کھولتے ہوئے خد پھٹ جاتا ہے۔ رزرداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسئلہ کے لئے سینہ خطا کھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کئے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفظ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ فوٹو بھی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

ہیں۔ کسی کے مشورے پر انڈیا علاج کروانے گیا تھا وہاں سے علاج چھ مہینے کروایا فائدے کے بجائے التامرض بڑھ گیا پھر انہوں نے اپنا علاج بند کر کے ہومیو دوائیں دینی شروع کر دیں ان سے یہ حالت ہو گئی۔ تمام ایکس رے خون و پیشاب اسٹول ٹیسٹ نارمل ہیں۔ (عباس.....دوبئی)

جواب: سفوف نمک سلیمانی تین گرام غذا کے بعد دونوں وقت پانی سے پھانک لیں پندرہ دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 4 کو اپنے استعمال کریں۔

میری عادتیں لڑکوں کی طرح ہو جائیں

میری عمر 20 سال ہے مجھ میں لڑکیوں جیسی عادتیں ہیں جوں جوں بڑا ہوتا جا رہا ہوں یہ عادتیں زیادہ ہوتی جا رہی ہیں۔ لوگ مذاق بنانے لگے ہیں میں بہت پریشان ہوں آپ کوئی ایسی دوا بتائیں جس سے میری عادتیں لڑکوں کی طرح ہو جائیں (سید ناصر شیخوپورہ)

جواب: آپ چاول اور دودھ سبزیاں بند کر دیں۔ گوشت زیادہ کھائیں مرچ گرم مصالحہ مناسب مقدار میں غذا میں شامل کریں۔ ورزشیں کریں یا دو گھنٹے روزانہ فٹ بال کھیلیں۔ اور اپنی غذا میں چارٹ سے غذا نمبر 13 استعمال کریں۔

آواز ایک دم بھاری ہو جاتی ہے

عید کے بعد مجھے نزلہ ہوا پھر وہ نزلہ میرے سینے پر گرنے لگا پھر سینہ پر بلغم جم گیا تو کھانسی شروع ہو گئی میں نے ہائی اینٹی بائیوٹکس کپسول کھائے سیرپ بھی بہت پئے پھر بھی کچھ فائدہ نہ ہوا۔ اگر ناک سے بلغم آتا بند ہو جائے تو سینہ پکڑا جاتا ہے۔ آواز ایک دم بھاری ہو جاتی ہے اور پھر بند ہو جاتی ہے۔ ہر وقت سینے میں شوشوں ہوتی ہے اور کبھی سینے کی آوازیں آنے لگتی ہیں پھر حکیم سے علاج کروایا۔ مگر بلغم نہیں نکلا اب میں کب کر دل بلغم نے سینہ جکڑا ہوا ہے۔ (حبیب احمد - حیدرآباد)

رہیں رمضان شریف کے فرض روزوں کے علاوہ دوسرے روزے رکھنے سے آپ میں مزید غذائی قلت ہو سکتی ہے۔ نفل اور وظائف وغیرہ غذا کا متبادل نہیں ہیں۔ خالص مکھن اور عمدہ دہلی گھی کو بھی انسانی صحت کے لیے پیدا کیا گیا ہے۔ جہاں ضروری ہو وہاں ان کا استعمال ضرور کرنا چاہئے۔ خشکی سے بدن سکڑتا ہے اور تری سے جسم پھیلتا ہے۔ دوا صرف بیماری کے لیے ہے۔ مرض کے لیے معالج دوا تجویز کرے تو اسے ضرور استعمال کرنا چاہئے مگر جہاں غذا کی ضرورت ہو وہاں دوا کا تجویز کرنا لاعلمی کی دلیل ہے۔ اور چارٹ کے مطابق آپ غذا نمبر 18 اپنے استعمال میں لائیں۔

پہلے پسینہ آتا ہے

میری ہتھیلیوں کے اندر دانے ہو جاتے ہیں۔ یہ صرف سردی کے موسم میں ہوتے ہیں۔ پہلے پسینہ آتا ہے پھر دانے نکل آتے ہیں۔ ان میں خارش بھی ہوتی ہے۔ میری ہتھیلیوں کی جلد بہت ہی نرم ہے اور یہ دانے جلد کے نیچے اندر ہی اندر ہوتے ہیں۔ یہ صرف دو سال سے ہو رہا ہے۔ اس سے پہلے یہ شکایت نہیں تھی۔ (سمیراناز - چوینا)

جواب: سات دانے عناب تو ذکر ایک کپ گرم پانی میں بھگو دیں صبح اٹھ کر چھان کر ذرا سی چھنی ملا کر پی لیں اور ساتھ غذا نمبر 15 استعمال کریں۔ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔ انشاء اللہ

دال، سبزی اور تندوری روٹی بھی نہیں کھا سکتا

میری حالت بہت خراب ہے۔ میں بیس سال سے اس مرض میں مبتلا ہوں مجھے بے تحاشہ ڈکاریں آتی ہیں پانی کا گھونٹ بھی پی لیں تو ڈکاریں شروع ہو جاتی ہیں اور دال سبزی، تندوری روٹی کچھ نہیں کھا سکتا۔ چائے سے بھی ڈکاریں آتی ہیں کوئی مجھ سے ہاتھ ملانے تو بھی ڈکاریں شروع ہو جاتی ہیں۔ بچے کو گود میں لینے سے بھی ڈکاریں شروع ہو جاتی

آٹکھوں کے سامنے اندھیرا ہو جاتا ہے

ایک دفعہ سورج گرہن ہوا تھا اس کو میں نے نگلی آٹکھوں سے پانچ منٹ تک دیکھا تھا اس کے بعد سر میں شدید درد ہوا تھا اور آٹکھوں کے سامنے اندھیرا چھا گیا تھا۔ اب آٹکھوں میں ایسی کیفیت ہے کہ ذرا دھوپ میں نکلنے سے آنکھیں چندھیا جاتی ہیں اور آٹکھوں کے سامنے اندھیرا ہو جاتا ہے آٹکھوں سے پانی بہنے لگتا ہے۔ (فہیدہ۔۔۔۔۔روہڑی)

جواب: کچھ عرصہ سورج کی روشنی میں نہ آئیں خالص عمدہ عرق گلاب آٹکھوں میں کم از کم پانچ مرتبہ روزانہ ڈالیں اور رات کو بھی کم روشنی میں رہیں۔ مرچ گرم مصالحے کم استعمال کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

شاید شفاء میرے نصیب میں نہیں

آج سے پندرہ ماہ پہلے مجھے ڈاکٹروں نے آٹھک بتائی تھی جس کا میں نے آج تک علاج جاری رکھا ہوا ہے لیکن شاید شفاء میرے نصیب میں نہیں ہے۔ کیونکہ پندرہ ماہ تک علاج کروانے کے باوجود پورٹ پوزیٹو ہے۔ (علی - سکھر)

جواب: کسی پڑھے لکھے مقامی طبیب سے روبرو مشورہ کریں خیال رہے کہ اشتہاری معالجوں کے پاس نہ جائیں۔ اور چارٹ سے غذا نمبر 5 ضرور استعمال میں رکھیں۔

جی پتلی کلا لیاں، سوکھے ہوئے گال

میری عمر 24 سال ہے میں بلا کی کمزور ہوں میرا وزن بہت ہی کم ہے۔ پتلی پتلی کلا لیاں، سوکھے ہوئے گال، پتلا سوکھا سڑا بدن، تمام جسم کی ہڈیاں نکلی ہوئی ہیں اسی سبب سے میری منگنی ختم ہو گئی ہے۔ مجھے کوئی آسان سا وظیفہ بتادیں یا کوئی علاج بتائیں۔ (شاہانہ.....گوجرانوالہ)

جواب: آپ غذائی قلت کا شکار ہیں پوری غذا نہ ملنے سے یہ تمام کمزوریاں ہوئی ہیں روزے صرف رمضان شریف کے

استعمال کریں، شربت نیلوفر صبح و شام پانی میں ملا کر پیئیں۔
امید ہے کہ فائدہ ہوگا۔ اور چارٹ سے غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔ انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

تین سال سے خارش ہے

میرے جسم میں خارش ہے، کم از کم تین برس سے یہ خارش ہے۔ کافی علاج کرایا آرام نہیں آیا۔ اسلام آباد سے دیکسین کا بھی کورس کیا فائدہ بالکل نہیں ہوا۔ خارش شدید ہوتی ہے۔ سارا جسم سرخ ہو جاتا ہے مگر دانے وغیرہ کوئی نہیں ہیں۔ (زاہد خان آفریدی..... اسلام آباد)

جواب: عرق منڈی عمدہ سا آتشہ چھبھردن میں تین بار پیئیں۔ ہلکے پیٹ پیئیں۔ گرم اور کھٹی بادی اور ٹشیل چیزوں سے زیادہ مرچ گرم مصالحوں سے پرہیز بھی رکھیں، کپڑے سفید کاٹن کے پہنیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5 اور 6 کو استعمال کریں۔ انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

ہونٹ اور زبان پک جاتے ہیں

اکیس سال عمر ہے۔ عرصہ پانچ سال سے میرے ہونٹ اور زبان پک جاتے ہیں، جب علاج کرتا ہوں تو فائدہ ہو جاتا ہے مگر علاج چھوڑتے ہی پھر پک جاتے ہیں۔ (رمضان ساغر بنوں)

جواب: جوارش شامی غذا کے بعد چائے کی چچی کھا لیا کریں۔ منہ میں کٹھا سفید چھوٹی الائچی کے دانے ہم وزن پیئیں کردن میں دو یا تین بار چھڑکیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5 اور 6 کو استعمال کریں۔

چہرے پر دانے ہیں

میرے چہرے پر دانے ہیں۔ یہ دانے ہلکے ہلکے سرخ رنگ کے ہیں ان کی وجہ سے چہرے پر داغ پڑ گئے ہیں، قبض کی بھی شکایت ہے۔ (سونیا ناز..... پشاور)

جواب: چہرے کو دھوپ سے بچائیں، چھتری وغیرہ

بواب: آپ نے اپنے خط کے چاروں طرف قطیر قطیر لکھا ہوا ہے۔ قطیر تو کجور کی گٹھلی پر جو باریک سی تھلی ہوتی ہے اسے کہتے ہیں۔ جتنی قطیر سے کوئی مطلب نہیں نکلتا۔ آپ شفا کے حیرت ایک چمچ صبح و شام پیئیں اور قبض کے لیے انجیر دو عدد رات کو پانی میں بھگو کر صبح کھائیں۔ اور چارٹ سے غذا نمبر 2-3 کو استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

سرفہرہ کا اسلم

میری عمر 19 سال ہے مجھے کئی تکلیفیں ہیں۔ سب سے بڑا مسئلہ معدہ میں درد کا ہے میں نے بہت علاج کروائے، بہت ہی پرہیز کئے، فائدہ نہیں ہوا۔ ذرا سی بد پرہیزی سے تے شروع ہو جاتی ہے قحط سخت کڑوا ہو جاتا ہے۔ (شبنم چوہدری..... لاہور)

جواب: سفوف نمک سلیمانی غذا کے بعد دو پہر رات کو آدھی چائے کی چچی سے قدر سے کم پانی سے پھانک لیا کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی مین والی، چنے، کرلیے، نمائز حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑی، مین کی روٹی، دارچینی، لوگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھو ہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، موز (مٹی)، مین کا حلوہ، عنب کا قہوہ

غذا نمبر 4

منز، لوبیا، ابر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، ہنر مرچ، کوئی ترش، باجرے کی روٹی، بوڑھی کی داڑھی یا انجنار کا قہوہ، اچار لیموں، مرہ آملہ، مرہ ہریڑ، مرہ ہبی، موگ پھلی، شربت انجنار، کھجین، جاسن، فالہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 3

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا منز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مرہ آم، مرہ ادراک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادراک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، انوٹی کا دودھ، دلی کی گھی، پیستہ، کھجور تازہ، خر بوڑھ، شہوت، کشمش، انگور، آم شیریں، ہلقدند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، منز اخروٹ

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، میٹگن، پکڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، نمائز کچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 6

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ، مٹھا، امروہ، گرماء، خر بوڑھ پھیکا، سبزیلیہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کی کی لسی، سیون اپ، دودھ، بھن، میٹھی لسی، الائچی، ہبی دانہ والا شہنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، مٹھا، اپچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالوہ، فروز، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ، مٹھا، امروہ، گرماء، خر بوڑھ پھیکا، مرہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤ زبان، عرق گاؤ زبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، مٹھا دلیہ، بند، رس، ذیل روٹی، دودھ جلیبی، بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برنی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزدوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائیہ، بند گوبھی اور اس کی سلا، دہی بھلے، آلو چھولے، بکنی کی روٹی، منز پلاؤ، چنے پلاؤ، مرہ سیب، مرہ ہبی، خمیرہ مروارید، ہنر ہبی، بھنے ہوئے آلو، کھجور، اناس، رس بھری

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاڈ کے پتے، لسوڑھے کا اچار، گوجوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کثیر اور بانگو، سیب

صرف تین شب میں سخت مشکل نوری ختم

﴿الوہاب﴾

﴿سب کچھ دینے والا﴾ (عدد=۱۴)

بے سوال کے عطا کرنے والا اور ایسا دینے والا جس کا کوئی ثانی نہ ہو۔ اور یہ اسمِ صمد سے مشتق ہے۔ جس کے معنی بغیر عوض اور بغیر کسی غرض کے دوسرے کو عطا کرنا ہے۔ اور جو اس طرح مال کو لٹاتا اور دوسروں کو دیتا رہتا ہو اسے جواد اور وہاب کہتے ہیں اور حقیقت میں جو دو عطا اور بے غرض بہت اللہ تعالیٰ ہی کیلئے خاص ہے۔

”بندوں پر فرض ہے کہ جب بات واضح ہوگئی کہ وہاب مطلق خدائے قدوس وحدہ لا شریک لہ“ ہے تب ہر چیز اسی سے مانگے اور اسی سے امید رکھے اس کے سوا سب سے طمع توڑ دے۔ (شیخ عبدالحق محدث دہلوی)

بندوں میں وہاب اس شخص کو کہا جاتا ہے جو لوگوں کو بغیر کسی خوف اور ڈر کے عطا کرتا ہو نہ ان سے بدلہ کا خواہاں ہو اور نہ اس عطا سے اس کی غرض جزا اخروی ہو یعنی دخول جنت وغیرہ بلکہ صرف غرض دعا و غایت اللہ کی محبت اور احکام کی اتباع ہو۔

اور ادو وظائف:- جو شخص فقر و فاقہ میں مبتلا ہو تو چاشت کی نماز میں اخیر سجدہ میں اسے چالیس مرتبہ پڑھا کرے اللہ تعالیٰ اس سے فقر و فاقہ دور فرما دیں گے۔ اسی طرح جو اس اسم کی کثرت کرے گا مخلوق سے بے نیاز ہوگا۔

برائے وسعت رزق:- جو شخص نماز فجر کے بعد اس اسم مبارک کا تین سو بار ورد کرے گا اور اولیٰ آخر گیارہ گیارہ مرتبہ ورد و شریف پڑھے گا اور بعد میں دعا کرے۔ اللہ تعالیٰ اس پر رزق کے دروازے کشادہ فرمائیں گے۔ نماز چاشت کی ادائیگی کے بعد سجدے میں جا کر سات بار ورد کر کے دعا کرے اللہ تعالیٰ خلقت سے بے نیاز کر دے گا۔

رفع حاجات:- جب کوئی حاجت ہو تو نصف شب کو وضو کر کے اور پھر تین سجدے کرے ہر سجدے میں سو بار ”یا وہاب“ کا ورد کرے اس وقت حالت سجدہ میں بھی ہاتھ کی ہتھیلیاں مثل دعا کے اوپر رہیں۔ انشاء اللہ پہلی شب میں ہی اللہ اس کی حاجت پوری فرما دیں گے ورنہ تین شب تک عمل کرے۔

قید و قرض سے نجات:- شیخ مغربی فرماتے ہیں کہ اگر کوئی مہم درپیش ہو یا کسی چیز کا طالب ہو یا کسی دوسرے کی قید میں ہو یا مقروض ہو یا رزق کی تنگی ہو اور سخت محنت کرنا پڑتی ہو یا کوئی بھی حاجت ہو نصف شب کو وضو کرے بہتر ہے کہ شب جمعہ ہو دو رکعت نماز ادا کرے۔ نماز کے بعد سر برہنہ ہو کر دعا کرے اور سوا بار ”یا وہاب“ کا ورد کرے اور اللہ تعالیٰ سے اپنی حاجت طلب کرے انشاء اللہ تین شب میں مقصد بر آئے گا۔ ☆ اداۓ قرض کیلئے ہر نماز کے بعد ۱۴ مرتبہ ۴۱ دن تک پڑھے۔ یہ کم از کم مقدار ہے۔

خلقت سے عدم محتاجی:- اگر کوئی بعد نماز چاشت آیت سجدہ نمبر 14 پڑھے اور سجدے میں سر رکھ کر سات بار یہ اسم پڑھے خلقت سے بے پروا ہو۔

وسعت رزق:- فراخی رزق کیلئے چار رکعت چاشت کی نماز ادا کرے، اور بعد سلام کے سجدہ میں جائے اور ایک سو چار مرتبہ ”یا وہاب“ پڑھے۔ ہر ماہ سات دن یہ عمل کرے کبھی روزی کی تنگی نہ ہو۔ (حضرت مولانا شاہ عبدالعزیز)

کشائش رزق:- جو شخص فاقہ سے لاچار ہو اور کوئی صورت کشائش رزق کی نہ ملے ایک ہزار مرتبہ ہر روز اس اسم پاک کو بعد نماز فجر پڑھا کرے، تو وہ بے غم و غم میں یہ مصیبت اس طرح رفع ہو کہ ہر شخص حیران ہو۔ اگر ایک ہزار مرتبہ کاغذ پر لکھ کر اس مبارک نام کو اپنے پاس رکھے تو رزق کی تنگی نہ ہو۔

مخلوق سے بے پروا ہو:- اگر کوئی شخص زوال سے قبل گیارہ بجے دن وضو کر کے قبلہ رو کھڑے ہو کر سجدہ کی آیت ”و اسجدوا للرب“ پڑھے اور پھر سجدے میں جا کر سات مرتبہ ”یا وہاب“ پڑھے۔ ساری مخلوق سے بے پروا رہے گا۔ جب تک یہ عمل جاری رکھے گا اس عمل کا اثر ہے گا اور چھوڑنے کے سات روز بعد اس کا اثر جاتا رہے گا۔

سخت حاجت کیلئے:- اگر کوئی سخت حاجت درپیش ہو تو ٹھیک آدھی رات کو مسجد یا گھر کے صحن میں تین بار سجدہ کرے اور پھر سجدے سے سر اٹھا کر سوا بار ”یا وہاب“ پڑھے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 18 پر)

(بقیہ: ایک ورزش۔ ہزار فائدے)

☆ قلب کی شریانوں میں خون کی تسلسلی بننے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ ☆ ہستی و اشغال دور کرتی ہے۔ ☆ پیٹھ کے نچلے حصے کا درد کم کرتی ہے۔ ☆ ذہنی تیزی اور چوچالی میں اضافہ کرتی ہے۔ ☆ جسم خوبصورت نظر آتا ہے۔ ☆ عزت نفس کا احساس بڑھتا ہے۔ ☆ قلب کے آرام کا وقفہ بڑھ جاتا ہے۔ ☆ آرام و راحت کا احساس بڑھ جاتا ہے۔ ☆ کلائی اور نیچے کی ہڈیاں اور بندھن دور سے محفوظ رہتے ہیں۔ ☆ قبض دور ہو جاتی ہے۔ ☆ عمر کے ساتھ وزن میں بتدریج ہونے والے اضافے کو روکتی ہے۔ ☆ دوران خون بہتر ہونے کی وجہ سے دماغ اور دیگر اعضا کی کارکردگی اچھی رہتی ہے۔ ☆ کام کرنے کی صلاحیت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ ☆ توازن اور ہم آہنگی میں اضافہ ہوتا ہے۔ ☆ ہڈیوں کی بوسیدگی اور کم زوری سے محفوظ رکھتی ہے۔ ☆ عام موڈ اور مزاج خوش گووار ہوتا ہے۔ ☆ دوسروں سے کام لینے کی ضرورت پیش نہیں آتی۔ ☆ روزمرہ زندگی کی مصروفیات کے لیے فاضل توانائی فراہم کرتی ہے۔ ☆ شعور و صحت میں اضافہ کرتی ہے۔ ☆ زندگی کے معیار میں مجموعی طور پر بہتری پیدا کرتی ہے۔ ☆ جسم کا نظام استھارہ (جینا بولزم) مست نہیں ہوتا۔ عمر میں اضافے کے ساتھ جسم میں بھی آتی جاتی ہے۔ ایک بوڑھے ہی نہیں، ورزش نہ کرنے والے نوجوانوں کے جسم میں چمک باقی نہیں رہتی۔ یوگا اور چینی ورزشوں کا مقصد بھی اس چمک کو برقرار رکھنا ہوتا ہے۔ یوگا کے مطابق خاص طور پر بڑھ اور کمزوری چمک کا صحت اور توانائی سے گہرا تعلق ہوتا ہے۔ ورزش نہ کرنے کی وجہ سے جوڑوں میں لعاب بھی کم ہو جاتا ہے۔ جس سے نقل و حرکت میں وقت اور درد ہوتا ہے۔

تازہ سانس حقیق سے ثابت ہو گیا ہے کہ ورزش ذہنی اور جسمانی کمزوری اور بڑھاپے کو روکتی ہے۔ اس سے جسمانی کے علاوہ ذہنی توازن درست رہتا ہے۔ یہ بات بھی یاد رکھنی چاہیے کہ ہر شخص کی ورزش کی صلاحیت دوسرے سے مختلف ہوتی ہے، لیکن اس کے باوجود ورزش ضرور کرنی چاہیے۔ فائدہ سب کو ہوتا ہے۔

حدیث مبارکہ:

ہمارے پیارے نبی ﷺ نے ایک مجلس میں ارشاد فرمایا تم لوگ ایک دوسرے کو تحائف دیتے رہا کرو ایک شخص نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ اگر کسی کے پاس دینے کے لیے کچھ نہ ہو تو آپ ﷺ نے فرمایا کیا تم کسی کو اپنی سکرابٹ بھی نہیں دے سکتے!

اذیت ناک بیماریاں ایک گھونٹ سے ختم (محمد روح اللہ صاحب)

ایک پٹواری کی قبر جو اللہ کا ولی تھا

(پروفیسر ڈاکٹر نصیر الدین احمد)

محمد شین رحمہ اللہ علیہم کے مشاہدات

حضرت عبداللہ بن مبارک کے بارے میں بیان کرتے ہیں کہ جب انہوں نے حج کیا اور آب زمزم پر آئے تو یوں دعا کی۔ ”اے پروردگار! ابن الموالیٰ کو بنی المکدہ سے لے کر انہوں نے حضرت جابر بن عبداللہ سے سنا کہ آپ کے پیغمبر ﷺ نے فرمایا ہے کہ زمزم کا پانی جس غرض سے بھی پیا جائے مفید ہوگا، میں اسے ان اصحاب کے کہنے پر پی کر تیری رحمت کا طلب گار ہوں“ ابن الموالیٰ علم حدیث میں ایک اہم مقام رکھتے ہیں، اور ان کی روایت ہمیشہ معتبر سمجھی جاتی ہے اور اس میں کوئی شک نہیں کہ زمزم کا پانی باعث شفا ہے، حضرت امام ابن القیمؒ نے کہا کہ میں نے ذاتی مشاہدہ کیا ہے کہ زمزم پینے سے پیٹ میں پانی کے مرض سے شفا یاب ہو۔ امیر اچتم دید واقعہ ہے کہ اس کے علاوہ بڑی اذیت ناک بیماریوں کے مریض اللہ کے فضل سے زمزم شریف پی کر شفا یاب ہوئے۔

زم زم کے ہمہ گیر فوائد

حضرت جابرؓ سے روایت ہے کہ زم زم کا پانی جس نیت اور ارادے سے پیا جائے، اللہ تعالیٰ اسے پورا کر دے گا۔ مسلمانوں کیلئے مزید کسی دلائل و براہین کے بغیر حضور نبی اکرم ﷺ کے ارشادات کو بغیر چوں و چرا قبول کر لینا بہتر ہے۔ کیوں کہ حضور نبی انور ﷺ کی ہر بات سچ ہے آپ کا ہر ارشاد درست ہے۔ گویا حضرت جابرؓ والی روایت کا مفہوم کچھ اس طرح ہے کہ اگر بیمار انسان مرض سے نجات کیلئے، پیاسا تسکین پیاس کیلئے، بھوکا احساس بھوک کی دوری کیلئے، غم زدہ رنج و ملال سے کنارہ کشی کیلئے، اور محتاج حاجت روائی کیلئے اللہ پر یقین رکھتے ہوئے زم زم کا پانی خوب سیر ہو کر پئے گا تو اللہ رب العزت اس کی خواہش کو پورا کر دے گا۔

اس سلسلے میں حضرت امام شافعیؒ، حضرت عبداللہ بن مبارکؒ، حافظ بن حجرؒ فرماتے ہیں کہ ہم نے جس غرض کیلئے زم زم پیا اللہ تعالیٰ نے مراد پوری کی۔ انہی خصوصیات اور منافع کو سامنے رکھتے ہوئے ایک شاعر نے بھی لب کشائی کچھ اس طرح فرمائی ہے۔

حیرت کی انتہا نہ رہی کہ کفن بالکل تر و تازہ تھا۔ بڑے بوڑھے لوگوں سے رابطہ قائم کیا گیا تو لوگوں کی حیرت میں مزید اضافہ ہو گیا کہ یہ قبر ایک پٹواری کی تھی۔ لوگوں نے خوب تجسس کیا کہ آخر پٹواری صاحب کے کیا اعمال تھے۔ کہ جس کی وجہ سے اس کا جسم لور کفن بالکل محفوظ رہے۔ معلوم ہوا کہ پٹواری صاحب نماز باجماعت کے بڑے پابند تھے۔ رشوت بالکل نہ لیتے تھے، علاقے کے غریب لوگ ان کو ضامن بنا کر دوکانداروں سے اشیاء صرف ادھار حاصل کیا کرتے تھے۔ ایک مرتبہ ایک سائل ان کے پٹواری خانے میں آیا اور مالی امداد کی اپیل کی۔ اس وقت ان کے پاس کچھ بھی نقدی نہ تھی۔ اپنے سر کا کلاہ اتار کر سائل کو عنایت کر دیا کہ یہ دو چار آنے کا بک جائے گا۔ یہ تھے وہ اللہ کے ولی، پٹواری۔

(بقیہ: لال چاول کھائے موٹا پامراض بھاگائے)

اس کے علاوہ اس میں نمک بھی کم ہوتا ہے۔ واضح رہے کہ جسم میں کھانے کے ایک چمچ بھر نمک سے ایک پوائنٹ پانی جمع ہو جاتا ہے۔ چارٹ سے اندازہ ہوتا ہے کہ بھورے یا لال چاول میں ریشے کا تناسب سفید چاول سے تین گنا زیادہ ہے۔ اسی طرح اس میں سفید چاول کے مقابلے میں پانچ گنا اور تین سین تین گنا زیادہ ہے۔ بھورے چاول میں پینٹوٹھیمین دو گنی ہوتی ہے۔ اسی طرح اس میں جیائین ۶ تین گنی اور فولا دو گنا ہیکنٹھم تین گنا اور جست (زنگ) تیس فیصد زیادہ ہوتا ہے۔ جہاں تک وٹامن ای کا تعلق ہے سفید چاول میں یہ نام کوئی نہیں ہوتا کیوں کہ دوران صفائی دوسرے اجزاء کے ساتھ یہ بھی رخصت ہو جاتا ہے۔

سندھ کے اندرونی علاقوں میں لال چاول کے آٹے کی روٹی شوق سے کھائی جاتی ہے۔ طب میں بھی اسے مقوی غذا شمار کیا جاتا ہے۔ اس کو سامی چاول برنج سامی بھی کہتے ہیں۔ لال چاول اعلیٰ قسم کے پروٹین کے علاوہ ضروری امینو، تیزابات کا بھی بہترین ذریعہ ہیں۔ انھیں دال، تل کی چٹنی، مہزیوں بالخصوص پاک کے ساگ کے ساتھ کھانے سے جسم کو بہترین پروٹین اور دیگر غذائی اجزاء ملتے ہیں۔ اس چاول کا حاصل کرنا مشکل نہیں ہے۔ اس کی رنگت کا خیال نہ کیجئے۔ لال یا بھورے چاول یقیناً آپ کی صحت اور توانائی میں اضافے کا باعث بنیں گے۔

پٹواری حضرات عموماً جن القابات سے نوازے جاتے ہیں وہ ہرگز قابل رشک نہیں۔ چند سال پیشتر ایک پٹواری کو احتساب عدالت نے کئی سال کی قید با مشقت اور کئی کروڑ روپے جرمانہ کی سزا سنائی اور ریڈیو کی قومی خبروں سے کئی بار اس کا اعلان ہوا۔ صدر جنرل محمد ایوب مرحوم کے زمانہ میں ملک خدا بخش (جنگل مرحوم) (مظفر گڑھ) مغربی پاکستان کے وزیر ہوا کرتے تھے۔ انہوں نے مغربی پاکستان اسمبلی میں پٹواری کی اہمیت کے بارے میں ایک تاریخی فقرہ ادا کیا جو اس زمانہ میں بہت مشہور ہوا، انہوں نے کہا:..... ”اگر آسمان پر اللہ تعالیٰ ہے تو زمین پر پٹواری ہے“

مدت ہوئی پاکستان کے ایک صدر مرحوم (نام لکھنے سے معذور ہوں) کی سندھ میں کافی زمین تھی۔ ایک مرتبہ انہوں نے اپنی زمین کے قریبی علاقے کا دورہ کیا اور دوران کار سرکاری علاقے کے پٹواری کو بھی بلوایا۔ پٹواری کے تو حواس باختہ ہو گئے کہ اللہ جانے اس سے کیا خطا سرزد ہو گئی کہ صدر صاحب نے اس کی طلبی کی ہے۔ ڈرنا ڈرنا صدر صاحب کے ہاں حاضر ہوا۔ وہاں ایک دنیا موجود تھی۔ صدر نے اس کی بڑی پذیرائی کی اور بطور انعام پانچ صد روپے عنایت فرما کر اسے رخصت کیا۔ پٹواری وہاں سے چھلانگیں لگاتا گیا اور اپنے علاقے کے لوگوں سے بر ملا کہتا پھرتا تھا کہ صدر پاکستان نے اسے رشوت سے نوازا ہے لہذا آئندہ وہ ہر سائل سے رشوت ضرور وصول کرے گا۔ اور بڑے دھڑلے سے اس نے اپنے اس اعلان کو عملی جامہ پہنایا۔ لیکن تصویر کا ایک رخ اور بھی ہے اور وہی رخ میں بخش کرنے کی سعادت کر رہا ہوں۔ یہ واقعہ میرے ایک عزیز دوست پروفیسر حافظ محمد اقبال ہاشمی صاحب نے مجھے سنایا۔ ملتان کے قریب ایک قصبہ علم پور ہے۔ کئی سال پہلے وہاں دریائی پانی کا طوفان آیا۔ پانی سے قبرستان بھی محفوظ نہ رہا۔ پانی کے اترنے کے بعد لوگوں نے دیکھا کہ ایک بوسیدہ سی قبر میں پانی داخل ہونے کی وجہ سے مردہ کا کفن صاف نظر آنے لگا۔ لوگوں کو

ماسی ریشم اور قدرت کا انوکھا انتقام

ایک نرسلہ گھر رہنے والے حسین کا احترام نہیں جانتے اس کی ایک ماسی ریشم اور قدرت کا انوکھا انتقام

ماسی ریشم دور کے رشتے میں میری خالہ تھی۔ اس کی شادی سیالکوٹ کے نواح میں مشہور قصبہ کوٹلی بہرام میں ہوئی تھی۔ یہ بات 1920-30 کی ہے۔ وہ نہ اب تو کوٹلی بہرام سیالکوٹ کا ایک محلہ بن گیا ہے اور شہر اس سے بہت آگے تک پھیل گیا ہے۔ میں بتا رہا تھا کہ ماسی ریشم کی شادی کوٹلی بہرام میں ہوئی۔ اُس کا خاوند قریب ہی کے گاؤں گوچپور میں زمیندار ہوتا تھا۔ ان کی ایک بیٹی ہوئی اور ماسی کا خاوند وفات پا گیا۔ اس طرح ایک خوبصورت طرح دار لڑکی کو عین جوانی میں بیوگی کے شدید ترین ایسے سے دوچار ہونا پڑا۔ ماسی ریشم ان پڑھ تھی لیکن بہت تیز طرار اور ذہین تھی اور بہادر بھی۔ اس کے مرحوم خاوند کے بھائیوں نے بہت کوشش کی کہ وہ ان میں سے کسی سے شادی کر لے یا پھر اس گھر سے نکل جائے، مگر وہ کسی دباؤ میں نہ آئی۔ اس نے عدالت میں مقدمہ دائر کر دیا اور خاوند کے حصے کی زمین حاصل کرنے میں کامیاب ہو گئی۔ بعد میں اس نے کوٹلی بہرام کی رہائش گاہ ترک کر دی اور گوچپور میں ایک مختصر سامکان بنا کر وہاں منتقل ہو گئی۔ ماسی ریشم کی بیٹی رشیدہاں جوان ہو گئی تو اس کی شادی اپنے گاؤں ہی میں ایک نوجوان خادم سے ہو گئی۔ خادم حسین ایک غریب، بے سہارا نوجوان تھا اور ڈرائیوری کرتا تھا۔ ماسی نے اسے اپنے گھر ہی میں ٹھہرایا اور اس طرح دونوں خوش اور مطمئن ہو گئے۔ ایک تو گھر کے لئے ایک مرد مل گیا، دوسرا اس کو بیوی کے ساتھ ایک ماں بھی مل گئی اور چھت کا سایہ بھی۔

لیکن خادم حسین کی بد نصیبی کہ ماسی ریشم اپنی بعض خویوں کے باوصف بد مزاج اور مغرور و عورت تھی۔ لحاظ نام کی کوئی چیز اس میں نہ تھی اور اسے احساس تک نہ ہوتا تھا کہ کسی کی عزت نفس کا پاس کیا جاتا ہے۔ وہ مخاطب کو کھڑے کھڑے تول کر رکھ دیتی اور اس کی توجہ و تامل میں کوئی کسر اٹھانہ رکھتی، چنانچہ اپنی عادت سے مجبور ہو کر وہ خادم حسین کو خوب کچھ لگاتی اور اسے ذلیل و خوار کر کے شاید اسے تسکین ملا کرتی۔ خادم حسین ایسے موقع پر فریاد طلب لگا ہوں سے اپنی بیوی رشیدہاں کی طرف دیکھا کرتا، لیکن وہ بے نیازی اور بے تکلفی کا انداز اختیار کر کے خاموش رہتی۔ تنہائی کا موقع ملتا تو ساس کے رویے کی شکایت بھی کرتا، مگر رشیدہاں کا مزاج بھی بہت کچھ اپنی اماں سے ملتا جلتا تھا، اکلوتی لاڈلی ہونے کی وجہ سے غرور اور بے نیازی کا عنصر اس میں بھی بدو جاتم تھا، چنانچہ اپنی ماں کے خلاف شوہر کی شکایت سن کر وہ برا سامنہ بنالیتی اور خادم

حسین شرمندہ ہو کر چپ ہو جاتا۔ مزید مصیبت یہ تھی کہ خادم حسین کو رشیدہاں سے تنہائی کے مواقع بہت کم ملتے تھے۔ پرانی طرز کا ایک ہی بڑا سا کمرہ تھا جس میں یہ تینوں افراد رہتے تھے اور ماسی ریشم ایک بے رحم، بے حس محتسب کی طرح کڑی نظروں سے دونوں کی نگرانی کرتی تھی۔ یہ الگ بات ہے کہ اس سب کچھ کے باوجود رشیدہاں بی بی نے ایک بیٹے کو جنم دے دیا اور یہ اپنی نوعیت کا پہلا اور آخری حادثہ ثابت ہوا۔

یہی وہ حالات تھے جب خادم حسین بے بس اور پریشان ہو کر ادھر ادھر ہاتھ پاؤں مارنے پر مجبور ہو گیا۔ وہ بھی خوبصورت تھا، جوان رعنا تھا اور خوش ذوق تھا، چنانچہ اس نے سیالکوٹ شہر ہی میں ایک لڑکی سے تعلقات استوار کر لئے اور اسے اپنی توجہات کا مرکز بنالیا، چنانچہ اب اس نے ساس کے گھر میں آنا کم کر دیا اور ایک روز سنا کہ خادم حسین نے اس خاتون سے باقاعدہ شادی کر لی۔ خادم حسین کی دوسری شادی کی خبر ماسی ریشم اور اس کی بیٹی پر بجلی بن کر گری۔ پہلے چند دن تو انہوں نے خوب واویلا کیا، سینہ کو پی کی۔ خادم حسین کا ماتم کیا اور پھر اس کا نام آتے ہی وہ زخمی شیرنیوں کی طرح غرائے گتیں اور اس کی سات پشتوں کو بے تحاشہ شاذائیں لیکن علاوہ کچھ بھی نہیں کر سکتی تھیں۔ خادم حسین نے ان کے ہاں آنا جانا بالکل ترک کر دیا تھا۔ ماسی ریشم اگرچہ نماز روزے کی پابندی بھی نہ کرتی تھیں، لیکن وہ ہمیشہ ہی سے قبروں، درگاہوں کی پرستار تھیں۔ وہ بڑی ہی باقاعدگی کے ساتھ ہر جمعرات کو امام صاحب کے مزار پر حاضری دیتی (سیالکوٹ میں ایک شہید بزرگ کا مزار) قبر شریف کا طوائف کرتی، حتیٰ کہ سجدے میں گر جاتی تھی۔ اسی طرح وقتاً فوقتاً بل شہید کے قبرستان میں بھی حاضر ہونا اس کے نزدیک گویا فرض واجب تھا۔ وہاں بہت سے بزرگوں اور شہیدوں کے مزار ہیں۔ وہ باری باری سب کے ہاں حاضر ہوا کرتی اور ان کی خدمت میں اپنی حاجتیں پیش کرتی۔ خادم حسین کی شادی کا حادثہ پیش آیا تو مقبروں پر دونوں ماں بیٹی کی حاضر یوں کا تناسب کہیں بڑھ گیا۔ کوئی دن نہ جاتا کہ وہ ارد گرد کی درگاہوں پر حاضر نہ ہوا کرتیں، کبھی بابا ملوک شاہ پر، کبھی منڈیر شریف اور کبھی ہمارے گاؤں کے قریب نہر کنارے کوؤں والے سائیں کے پاس۔ راستے میں وہ خادم حسین اور اس کے لباؤ اجداد کو منہ بھر بھر کے گلایاں دیا کرتیں اور قبر پر جاتے ہی سجدے میں گر جاتیں۔ قبر کے چکر ضرور لگاتیں اور پائنتی کی طرح کھڑے ہو کر آنسو بہاتیں۔ یہ

ان کا مستقل معمول بن گیا تھا۔ آخر کار ان کی تنگ و دو رنگ لائی اور قسمت کا مارا خادم حسین ایک روز اپنی دوسری بیوی کو لیکر گوچپور انکے گھر آ گیا۔ پتہ نہیں اسے کیا غم تھا یا وہ کس خوش فہمی میں مبتلا تھا۔ بہر حال ان دونوں کو کمرے میں بٹھا کر ریشم بی بی چپکے سے باہر نکلی اور پڑوس سے ایک قریبی رشتہ دار کو بلا لائی جس نے کمال چابک دستی سے خادم حسین کے ہاتھ باندھے اور پھر ڈنڈوں اور جوتوں سے دونوں کی وہ ٹھکانی کی کہ خادم کے چودہ طبق روشن ہو گئے۔ اس کا رخبر میں اُس کے بارہ سالہ بیٹے عامر نے بھی بڑھ چڑھ کر حصہ لیا۔ وہ زمین پر گرے ہوئے اپنے گے باپ پر بار بار جوتے برساتا اور اس کی دوسری بیوی پر بھی خوب خوب غصہ نکالتا اور اس وقت تو ماسی ریشم اور رشیدہاں دونوں تہہ بہ لگا کر خوب نہیں جب عامر نے قہقہے لیکر اپنی سوتیلی ماں کے بال کاٹ ڈالے تھے۔ جسے اسی ریشم نے اپنے نواسے کے کارنامے کے طور پر ایک عرصہ تک کمرے کے ایک کونے میں لٹکائے رکھا تھا۔

بہر حال خادم حسین کو وہ درگت بنی کہ شاید ہی کسی عاشق کی بی بی ہوگی۔ اسے انہوں نے پانی پلا پلا کے مارا اور جب اس کے لیے اپنے پاؤں پر کھڑے ہونا محال ہو گیا تو پڑوسی عامر نے سہارا دے کر دونوں میاں بیوی کو سر تک پہنچایا اور تانگے پر بٹھا کر سیالکوٹ روانہ کر دیا۔ غیر معمولی توجہ و تامل کا یہ عمل خادم حسین کے لئے اتنا سبق آموز ثابت ہوا کہ وہ جلد ہی بیوی اور دو بیٹیوں کو لیکر کراچی چلا گیا۔ اس نے سیالکوٹ کی سکونت کو مستقل طور پر ترک کر دیا اور پھر کبھی واپس لوٹ کر نہ آیا۔ اب ماسی ریشم اور رشیدہاں بی بی کی ساری امیدوں کا واحد مرکز عامر تھا۔ وہ اسکول میں پڑھتا تو تھا لیکن اپنے اکلوتے ہونے کا بھرپور فائدہ اٹھانا جانتا تھا۔ اسے یہ بھی شعور تھا کہ وہ مستقبل میں اچھی خاصی قیمتی جائیداد کا مالک بنے گا، اس لئے اس نے آوارگی کا ہر وہ چلن اختیار کر لیا جو اس کے بس میں تھا، چنانچہ اس نے کم از کم دو اضافی سال میٹرک میں لگائے اور تیسرے سال میں بڑی مشکلوں سے تیسرے درجے میں امتحان پاس کر لیا اور چونکہ محنت کی حیثیت سے ملازم ہو گیا۔ اس کے لیے اس کی نانی نے خاصی بڑی رقم رشوت میں لگائی تھی۔ یہ 66-67 کی بات ہے۔ اس کی تنخواہ ستر روپے مقرر تھی۔ میں نے اکتوبر 1966ء میں ایم۔ اے کا امتحان دیا تھا اور مجھے فوری طور پر اپنے علاقے ہی میں ایک پرائیوٹ کالج میں ٹیچر رشپ مل گئی تھی۔ میری ڈھائی سو روپے تنخواہ لگی تھی اور میری والدہ نے ایک دن تعجب سے کہا تھا: تم نے سولہ جاعتیں پڑھی ہیں اور ڈھائی سو روپے تنخواہ لے رہے ہو جبکہ ریشم کا نواسہ تنخواہ کے علاوہ روزانہ اپنی ماں کو پچاس روپے لاکر دیتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

زندگی کے جملہ مسائل کے لئے ایک نہایت موثر اور آسان وظیفہ

دروذ شریف گیارہ مرتبہ سورۃ فاتحہ گیارہ مرتبہ
آیت الکرسی گیارہ مرتبہ آیت الکریمہ گیارہ مرتبہ
سورۃ قل اعوذ برب الفلق گیارہ مرتبہ
قل اعوذ برب الناس گیارہ مرتبہ
اس طرح کہ بسم اللہ پڑھ کر قل اعوذ برب الفلق شروع
کرے اور اذا حسد کے بعد بغیر بسم اللہ پڑھے قل اعوذ برب
الناس شروع کر دے۔ یعنی دونوں سورتوں کو ملا کر گیارہ مرتبہ
پڑھے۔ آخر میں پھر دروذ شریف گیارہ مرتبہ پڑھے۔

یہ وظیفہ ہر مسئلہ اور ہر مرض کے لئے مفید ہے۔ لیکن اس
میں وقت کا تعین اور پابندی ضروری ہے۔ یہ وظیفہ اکیس روز
ایک معین وقت پر پڑھا جاتا جائے اور روزانہ ختم کر کے اللہ
سے گزر کر ادعا کی جائے کہ یہ مرض اور یہ مسئلہ جو ہمیں در
پیش ہے، اس کو تو اپنے کرم سے حل کر دے۔ میں نے بہت
سے پریشان حال لوگوں کو اسے بتایا اور اللہ کے فضل و کرم
سے سب ہی کو فائدہ ہوا ہے۔

اس جوان بیٹی کا تذکرہ جو سال بھر سے ماں باپ اور بھائی کی
محبت سے محروم تھی:

ایک نو جوان بچی جو تھریڈ ایئر کی طالبہ تھی اور نماز، روزہ،
پردہ کی سختی سے پابندی کرتی تھی۔ اس کے والدین اور بھائی
بہن ایک سال سے اس سے ناراض تھے اور سلام و کلام بند
تھا۔ اور اس کو اس کی خطا سے بھی آگاہ نہیں کیا گیا تھا۔ جھ
سے ٹیلی فون پر بات ہوئی اور کہا کہ میں آپ کو اپنا نام بتا سکتی
ہوں، نہ اپنے والد کا نام۔ اگر آپ کوئی وظیفہ مجھے بتائیں تو
لکھ کر لفظ نہ میں بند کر کے اوپر یہ لکھ دیں ”ایک بیٹی کے
لیے“۔ اور اس لفظ کو کلاں مقام پر پہنچا دیں۔ میں منگوالوں
کی۔ چنانچہ یہی وظیفہ لکھ کر اس بچی کو بھیجا۔ اس نے اسے
شروع کرنے کی مجھے اطلاع دے دی۔ پندرہ روز کے بعد
اس نے مجھے فون کیا کہ کچھ ارش نہیں ہوا۔ میں نے اسے جواب
دیا اکیس روز مکمل کرو، اس سے پہلے کوئی بات نہیں سنوں گا۔
میں دن کے بعد اس نے فون پر بتایا کہ سارا ماحول تبدیل ہو
گیا ہے۔ اور والد صاحب فجر کی نماز پڑھ کر روتے ہوئے
آئے اور آتے ہی مجھ سے لپٹ گئے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 12 پر)

آئیے گھر سبائیں پھل دار پودوں سے

(فاطمہ ملک)

ہونی چاہیے اگر آٹھ فٹ چوڑی دیوار ہو تو تین تین فٹ کے
فاصلے پر دو پودے لگائے جاسکتے ہیں۔ بھاری زمین جس
میں ریت کی مقدار موزوں ہو روٹ شاخ استعمال کی جاتی
ہے۔ جنوری فردری میں چٹھے پھوٹنے سے پہلے مطلوبہ جگہوں
پر پودے لگائے جاسکتے ہیں جو جوں پودا بڑھتا جا بیگا اس کی
اطرائی شاخوں کی تراش خراش اس طریقے سے کی جائے کہ
شاخیں بڑھنے نہ پائیں اور پودا زیادہ سے زیادہ اوپر جائے
زمین سے اوپر کیوں اور تار کی مدد سے ہر ڈیڑھ فٹ کے
فاصلے پر پودے کو جکڑا جائے تاکہ دیوار سے دور نہ جانے
پائے۔ موسم بہار میں پودے کے پھول اور پختگی کے موسم
میں پھل لگنے کا منظر بہت دلکش ہوتا ہے۔

(بقیہ: خواتین پوچھتی ہیں؟)

رپورٹ دیکھ کر اور ڈاکٹر کی بات سن کر میں بھی حیران ہوئی لیکن
دوسرے لوگوں سے پوچھا تو وہ کہنے لگے کہ خون گلوٹائیں۔ لندن میں
جناب سرفراز احمد شاہ صاحب کو لکھا کہ اس لڑکے کے لئے دعا کر دیں،
میں بہت پریشان ہوں کیونکہ یہ یتیم بچہ ہے، اس کے والدین اور دو
بہنیں مر چکی ہیں۔ انہوں نے جواب میں لکھا کہ لڑکے کو روزانہ
ناشیاں کھلائیے۔ وہ ٹھیک ہو جائے گا۔ میں نے اسے باقاعدگی سے
ناشیاں کھلائیں اور جب ڈیڑھ ماہ بعد خون ٹیسٹ کرایا تو 10%
جیو گلوٹین تھا۔ یوں جب تک ناشیاں کا موسم رہا میں اسے لاکر کھلاتی
رہی۔ وہ لڑکا پھر اپنے گاؤں چلا گیا اور اب باکل ٹھیک ہے۔ یوں
دو اسے زیادہ ناشیاں نے کام کیا اور اس کے تن مردہ میں جان پڑ
گئی۔ نہ صرف بی بی صاحبہ! آپ بھی ناشیاں اور خوبانیاں خوب کھائیے
اور کھلائیے۔ ناشیاں سیب کا نغمہ البدل ہے۔ آپ کیوں پریشان
ہوتی ہیں؟ ناشیاں آپ گوشت میں پکا کر بھی کھا سکتے ہیں اور بچی تو
بہت مفید ہوتی ہیں۔

(بقیہ: اذیت ناک بیماریاں ایک گھونٹ سے ختم)

”دوسرے شہروں کی نہریں اپنی روانی کیلئے بابرکت ہیں لیکن زم زم کا
پانی اپنی شیرینی، مٹھاس، ہمکنی اور ملاحیت کیلئے مخصوص ہے۔“ اب
زم زم کی خصوصیات اور اس کے بارے میں نبی کریم ﷺ کے فرامین
کی روشنی میں جدید محققین نے اب زم زم شریف کا تجزیہ کیا، تاکہ اس
کے مسکن پیاس مغدی اور شفا بخش تاثیرات کا سرستہ راز افشاں ہو
سکے چنانچہ سب سے پہلے یہ اہم کارنامہ ایک مصری ڈاکٹر نے سرانجام
دیا اس کے مطابق اب زم زم شریف میں بے شمار طبی فوائد مضمر ہیں
جن کی تفصیل آئندہ ادراک میں آئے گی۔ ان شاء اللہ۔

عام طور پر گھر کی دیواروں کی نباتاتی آرائش بیلدار
پودوں سے کی جاتی ہے۔ یا پھولدار چھاڑیاں دیوار کے ساتھ
ساتھ کاشت کی جاتی ہیں لیکن اب پودوں کی ٹہنیوں سے بھی
سجاوٹ کا کام لیا جاتا ہے۔ بنگلوں، کوشیوں اور خوبصورت
گھروں کی دیواروں کو دیدہ زیب بنانے کے لیے یہ بڑا خوش
کن طریقہ ہے اس مقصد کے لیے پودوں کو جو درخت کی
شکل کا ہوتا ہے۔ اس طرح اگایا جاتا ہے۔ کہ وہ دیوار کے
ساتھ چپک جاتا ہے اور اس کی مختلف شکلیں بن جاتی ہیں۔

لبی دیواروں کے لیے پھولدار پودوں کی آرائش زیادہ
موزوں سمجھی جاتی ہے کیونکہ ایسی دیواروں میں پودے کی
شاخوں کی زیادہ قطاریں نظر آتی ہیں اور درخت بھی زیادہ
تعداد میں لگائے جاسکتے ہیں۔ ان کا درمیانی فاصلہ 12 سے
18 فٹ رکھا جاتا ہے۔ جڑوں کا انتخاب باذوق باغبانوں یا
پھلوں کے ماہرین کی ہدایت کے مطابق کرنا چاہیے۔

دیواری آرائش کے لیے مندرجہ ذیل پھولدار پودے
موزوں رہیں گے

آڑو

باغیچے کی دیواروں کو سجانے کے لیے موزوں ہے بھاری
زمین کے لیے زرد دلی آڑو ہلکی زمین کے لیے کڑوے بادام
کاروٹ شاخ مناسب رہے گا۔ آڑو کا پودا چاروں طرف
شاخیں پھیلاتا ہے لیکن آرائشی مقاصد کے لیے اس کے
صرف دو طرف دتی سکے کی شکل میں پھیلنے کا انتظام کیا
جاتا ہے باقی شاخوں کو آزادی سے کاٹ دیا جاتا ہے۔ چھوٹی
شاخوں کو شروع سے ہی مطلوبہ شکل میں بڑھنے دیا جاتا ہے۔
بڑھنے والی شاخوں کو کیلوں اور تار کی مدد سے دیوار کے ساتھ
جکڑ دیا جاتا ہے۔

ناشپاتی

لبی اور چوڑائی میں تنگ دیواروں کے لیے موزوں ہے
پودے کو مکان کے شمالی حصہ میں لگانے سے اس کی خوش نمائی
بڑھ جاتی ہے۔ کیونکہ دھوپ نہ آنے سے پودا تیل کی طرح
تیزی سے بڑھتا ہے ایسی دیواروں کی چوڑائی تقریباً چار فٹ

فنی ماہر ہونے کے باوجود کام نہیں ملتا * لڑکانے کا عادی ہے * میرا بلڈ پریشر زیادہ رہنے لگا ہے * معاشی حالات سے برکت نہم ہوگئی ہے

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ چکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خد کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسے نیسے کے لئے خط بندہ ڈالیں۔

چلا ہے، مجھے اس سے نفرت ہوگئی ہے۔ میں اس سے شادی نہیں کرنا چاہتی لیکن وہ میرا پیچھا نہیں چھوڑ رہا۔ اس کے گھرانے میں میری بڑی بہن کی شادی بھی ہوئی ہے لیکن انہیں بھی ایک لمحے کا سکون نہیں ہے اور وہ بھی تنگ دستی کی زندگی گزار رہی ہے۔

فنی ماہر ہونے کے باوجود کام نہیں ملتا

(راناپرویز.....ستیانہ)

میرے بھائی ایک فنی ماہر ہیں اور بہت اچھا کام کرتے ہیں اس کے باوجود ان کو کام کم ملتا ہے۔ کبھی کام کی زیادتی ہو جاتی ہے اور کبھی کام بالکل بند ہو جاتا ہے۔ یوں لگتا ہے کہ حالات ان کا ساتھ نہیں دیتے۔

جواب:- بھائی سے کہیں کہ وہ مایوس نہ ہوں۔ محنت اور دیانت سے کام کرتے رہیں۔ نماز کی پابندی کریں اور نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد آیت الکرسی ایکس ایکس بار پڑھ کر دعا کیا کریں، کم از کم نوے دنوں تک۔

کالی ریل تاجین کا حافظہ بہتر ہو جائے

(ع.....کراچی)

میرے سات بچے ہیں۔ شوہر اس دنیا میں نہیں ہے میرا اور بچوں کا حافظہ کمزور ہو گیا ہے۔ میں کسی کو بات بتانے لگتی ہوں تو درمیان میں ہی بھول جاتی ہوں۔ شرمندگی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ چھوٹی بیٹی دس سال کی ہے۔ اس کا بھی یہی حال ہے۔ کوئی ایسا عمل یا طریقہ بتائیں کہ حافظہ بہتر ہو جائے۔

جواب:- اپنے سر پر سنتوں سے رجوع کریں اور تمام صورتحال واضح کریں کہ جانتے بوجھتے غلط فیصلہ نہ کیا جائے۔ ساتھ ساتھ روزانہ نماز عشاء کے بعد سورہ ص کی تلاوت کر کے اللہ تعالیٰ سے اپنے مسئلے کے حوالے سے دعا کیا کریں۔ کم از کم چالیس روز تک یہ عمل کیا جائے۔

ابتدائی عمر سے میرا جسم کمزور ہے

(عدیل لاہور)

میری عمر چوبیس سال ہے۔ بہت دبلا پتلا ہوں۔ سب مجھے دیکھ کر کہتے ہیں کہ تم اتنے دبے پتلے کیوں ہو؟ میں نے ہر قسم کی طاقت کی دوائیں استعمال کر لی ہیں لیکن اسی طرح دبلا پتلا ہوں۔ ابتدائی عمر سے میرا جسم کمزور ہے۔ میں نے کسی کالم میں پڑھا تھا کہ ناک کے دونوں نٹھوں سے باری باری سانس لیکر دوسرے نٹھے سے نکال دیا جائے اور یہ عمل گیارہ بار کیا جائے۔ کیا یہ عمل میرے لئے مناسب ہوگا۔ کیا یہ عمل فجر کی نماز کے بعد کیا جائے یا سورج طلوع ہوتے وقت اس کی روشنی کو دیکھتے ہوئے کیا جائے۔ وضاحت سے جواب دے دیں۔

سورج غروب ہونے کے بعد عجیب کیفیت

(علی نور.....ہری پور)

سورج غروب ہونے سے پہلے طبیعت عجیب سی ہو جاتی ہے۔ نڈھال، بے کیفی محسوس ہونے لگتی ہے اور عجیب سے خیالات آنے لگتے ہیں۔ دل چاہتا ہے کہ کسی سے بات نہ کروں۔ رات کو دیر سے طبیعت بحال ہو جاتی ہے۔

جواب:- پہلے اپنا طبیعی معائنہ کرائیں۔ بلڈ پریشر وغیرہ کی جانچ کرائیں۔ ساتھ ساتھ صبح شام اور رات کو پانی پر سورہ آل عمران کی پہلی دو آیات سات سات بار دم کر کے پانی لیا کریں۔

جواب:- پوری بسم اللہ شریف اکتالیس بار یا چیا سٹھ بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے خود بھی پی لیں اور بچوں کو بھی پلا دیں۔ خود کو اور گھریلو ماحول کو فوٹی پریشانی اور ایسے حالات سے حتی الامکان محفوظ رکھیں جو فوٹی طور پر انتشار کا باعث بنتے ہیں۔ اللہ پر یقین و اعتماد انسانی ذہن کو مضبوط بناتا ہے۔ اور اس سے اللہ کی طرف سے رحمتیں بھی حاصل ہوتی ہیں۔ نماز کی پابندی کریں۔ اور ہر نماز کے بعد دعا بھی کیا کریں۔

میرا اللہ پریشانی سے لگا ہے

(غزالہ سکھر)

شوہر کو گھر کے معاملات اور گھر والوں سے کوئی دلچسپی نہیں ہے۔ گھر سے سکون رخصت ہو چکا ہے۔ شوہر کی لا پرواہی کا یہ حال ہے کہ کاروبار بھائیوں کے حوالے کر دیا ہے کہ جو چاہیں کریں۔ اپنے گھر کی کوئی فکر نہیں ہے کہ بچے بڑے ہو رہے ہیں، ان کا مستقبل کیا ہوگا۔ گھر میں آتے ہی لونے بھگڑنے لگتے ہیں۔ میں ان کا خیال رکھتی ہوں لیکن انہیں میرا اور بچوں کا کوئی خیال نہیں ہے۔ دوسروں کی باتوں

جواب:- آپ مذکورہ سانس کا عمل نماز فجر کے بعد کریں۔ سورج طلوع ہونے اور اس کی روشنی کو دیکھنے کی شرط اعلیٰ میں نہیں ہے۔ سانس کا پہلا عمل متبادل طرز تنفس یعنی ناک کے ایک نٹھے سے سانس اندر لیکر دوسرے نٹھے سے باہر نکالنا ہے اور دوسرا اعلیٰ یہ بھی کریں کہ دونوں نٹھوں سے آہستگی کے ساتھ سانس اندر لیں اور جب سینہ بھر جائے تو ہونٹوں کو سیٹی

لڑکانے کا عادی ہے

(بشری کنول.....کراچی)

جہاں میری بات طے ہے۔ میں وہاں شادی نہیں کرنا چاہتی۔ وجہ یہ ہے کہ وہ لڑکانے کا عادی ہے اور اس میں اور بھی بہت سی بری عادات ہیں جن کا ہمیں بعد میں پتا چلا ہے۔ بات طے ہونے سے پہلے میں اور وہ ایک دوسرے کو پسند کرتے تھے لیکن جب سے مجھے اس کی بری عادات کا پتا

شروع میں غیر نصائی سرگرمیوں میں حصہ لیتی تھی لیکن اب سٹیج پر جا کر برا حال ہونے لگتا ہے۔ کمرہ جماعت میں لیکچرار سے بات کرتے ہوئے بھی یہی حال ہو جاتا ہے۔

جواب: عمدہ کاغذ پر ایک دائرہ بنائیں اس کے وسط میں اسم ذات اللہ لکھ کر روزانہ رات کو سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد دس منٹ تک پوری توجہ کے ساتھ دائرے اور اس کے درمیان میں اسم ذات کو دیکھا کریں، دائرہ اور اسم اتنا بڑا بنائیں کہ نظر ٹھہر جائے اور ذہن پر دباؤ نہ پڑے۔ نماز صبح کے بعد تین بار سورۃ فاتحہ پڑھ کر خود پر دم کر لیا کریں۔

سورہ فاتحہ سے بچھو کے کاٹے کا علاج

سورۃ فاتحہ (شروع سے لیکر آخر تک) بچھو کے کاٹے ہوئے کے لیے کسی پاک لکڑی سے جھاڑے اور سورۃ فاتحہ بھی پڑھتا رہے۔ اس طرح کہ ایک مرتبہ پڑھے پھر ہاتھ ہٹوا کر دریافت کرے پھر درد کے مقام کو پکڑوا کر الحمد شریف پڑھے اسی طرح پڑھتا جائے انشاء اللہ بچھو کا درد ختم ہو جائے گا۔

دودھ کی کمی دور کرنے کے لیے

اگر کسی عورت کا دودھ کم ہو اور بچہ بھوک سے روتا ہو تو پے ہوئے نمک پر یہ آٹھیں با وضو گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر پھونکیں اور وہ نمک ماش کی دال میں ڈال کر عورت کو کھلایا کریں انشاء اللہ تعالیٰ کامیابی ہوگی۔ وہ آیتیں یہ ہیں۔

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ
كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنْمِ الرُّضَاعَةَ (پارہ ۱۳ ع ۱۳)
وَأَنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي
بُطُونِهَا مِنْ بَيْنِ قَرْنٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا
سَائِغًا لِلشَّرْبِ (پارہ ۱۳ ع ۱۳)

ہر قسم کے مقدمہ میں کامیابی کے لیے

ہر قسم کے مقدمہ میں کامیابی کے لیے ہر روز صبح کو سورۃ فتح (پارہ ۲۶) اور سور طور (پارہ ۲۷) ایک ایک مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ کامیابی ہوگی۔

(بحوالہ: بدترین پریشانیوں کے لیے لا جواب دعاؤں، صفحہ نمبر 5,6)

اختلافات اور لڑائیوں پر جا کر ختم ہوتی ہے۔ والدہ کا یہ حال ہے کہ نماز کے علاوہ تہجد کے نوافل بھی پڑھتی ہیں اور تلاوت کے ساتھ دوسری قرآنی آیات کا بھی ورد کرتی رہتی ہیں لیکن لڑائی میں سب سے زیادہ ان ہی کا کردار ہوتا ہے۔

جواب: عبادت اور اوراد کے ورد کے ساتھ طرز فکر بھی منسلک ہوتی ہے اور فکر ہی سے نتائج سامنے آتے ہیں۔ جب تک آدمی کسی نہ کسی طور اپنا ارادہ شامل نہ کرے طرز فکر کو بدلنے میں کامیابی حاصل نہیں ہو سکتی۔ طرز فکر میں پیچیدگی سے ہی اختلافات اور لڑائی جھگڑے جنم لیتے ہیں۔ آپ کسی عمدہ کاغذ پر ”بسم اللہ الرحمن الرحیم“ خوش خط لکھوا کر کسی ایسی جگہ لگا دیں یا چوکھٹ پر کسی مناسب جگہ آویزاں کر دیں جہاں سب گھر والوں کی نگاہ پڑتی ہو۔ گھر والے بھی آتے جاتے اس نقش کو دیکھا کریں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ آپ کے گھر پر اپنا فضل و کرم فرمائیں۔

معاشی حالات سے برکت ختم ہوگئی

(علی حسین..... نارووال)

میرا بیٹا بیرون ملک مقیم ہے اور ایک چھوٹا سا کاروبار کر رہا ہے۔ کام پہلے صحیح تھا لیکن اب مشکلات آئے آرہی ہے پہلے بھی اس نے کئی کام کئے لیکن جلد ہی ختم کرنے پڑے۔ معاشی حالات سے برکت ختم ہوتی جارہی ہے۔

جواب: صاحبزادے سے کہیں کہ وہ نماز کی پابندی کے ساتھ فجر اور نماز عشاء کے بعد سورۃ شوریٰ کی آیت نمبر 19 کو اکیس بار پڑھ کر اللہ سے دعا کریں۔ بار بار کام بدلنے کے بجائے مستقل مزاجی سے کسی ایک کام کو ایک عرصے تک جاری رکھے۔ اپنی آمدنی میں سے ایک حصہ فلاحی کاموں پر خرچ کیا کرے۔ انشاء اللہ بہتر حالات پیدا ہوں گے۔

اکٹہ جا کر مال ہونے لگا ہے

(غنیلہ..... لاہور)

میں ایف ایس سی کی طالبہ ہوں۔ میں کوئی بات اچھے طریقے سے شروع کرتی ہوں لیکن پھر اپنے اوپر کنٹرول ختم ہونے لگتا ہے، آواز کانپنے لگتی ہے اور ہاتھوں پیروں میں لرزش پیدا ہو جاتی ہے۔ دل کی دھڑکن قابو سے باہر ہونے لگتی ہے۔ ایک عجیب سا خوف طاری ہونے لگتا ہے۔ میں

میں آکر مجھ سے سخت لہجہ میں بات کرتے ہیں۔ اب تو میرا بلند پریش زبیر زیادہ رہنے لگا ہے۔ ذہنی مریضہ بن گئی ہوں۔ بیٹی بھی ذہنی دباؤ میں رہنے لگی ہے اور بہت جلد غصے میں آکر لڑنے لگتی ہے۔

جواب: آیت الکرسی نماز عشاء کے بعد اکیس بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ نماز فجر کے بعد گیارہ بار آیت الکرسی پانی پر دم کر کے پی لیا کریں اور کچھ پانی اپنی بیٹی کو بھی پلا دیا کریں۔ یہ عمل چالیس دن کیا جائے۔ نماز عشاء کے بعد آیت الکرسی پڑھنے کا عمل پورے نوے دنوں تک پورا کیا جائے۔ انشاء اللہ فضل الہی شامل حال ہوگا۔

لوگ والدہ سے میرا رشتہ نہ ہونے کی وجہ پوچھتے ہیں

(نائلہ چوہدری..... کراچی)

میری عمر بڑھتی جا رہی ہے لیکن ابھی تک رشتہ طے نہیں ہوا ہے۔ لوگ والدہ سے رشتہ نہ ہونے کی وجہ پوچھتے ہیں۔ یہ تمام باتیں سوچ کر اور حالات دیکھ کر میری صحت گرتی جا رہی ہے۔ والدہ بھی ہر وقت میرے بارے میں سوچ سوچ کر پریشان رہتی ہیں۔ انہیں کئی بیماریاں لاحق ہو گئی ہیں۔ ان کی صحت اور میرے رشتے کے مسئلے کے لیے کوئی ورد یا اسم بطور ورد بتائیں کہ جلد یہ مسائل حل ہو جائیں۔

جواب: نماز فجر کے بعد شمال رخ منہ کر کے کھڑی ہو جائیں اور دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر ایک بار درود شریف اور گیارہ بار سورۃ اخلاص پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ دو بار دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر یہی عمل کریں اور کل تین بار یہ عمل کیا جائے۔ پھر دعا مانگ لیں۔ اس عمل کو نوے دنوں تک کریں اور جن دنوں میں مجبور ہو ایسا نہ کر سکیں، وہ شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔ والدہ کو صبح و شام پانی پڑتین تین بار سورۃ فاتحہ دم کر کے پلایا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کے دونوں مسئلے حل فرمائیں۔ آمین۔

گھر میں برکت ختم ہوگئی ہے

(رانارامضان..... ملتان)

ہمارے گھر میں صرف چار افراد ہیں اور گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔ معاشی حالات تو اچھے ہیں لیکن یہ کہنا صحیح ہو گا کہ برکت ختم ہو گئی ہے۔ کوئی بات شروع ہو،

عمر رسیدہ خواتین اور کام کاج کے معجزے

یہ حقیقت ہے کہ بڑھاپے پر قابو نہیں پایا جاسکتا۔ جوں جوں عمر بڑھتی چلی جاتی ہے۔ جسم میں قوت مدافعت میں کمی کی وجہ سے بہت سی خواتین خصوصاً شہروں میں خواتین کئی مسائل کا شکار ہوتی چلی جاتی ہیں۔ دیہات میں تو ضعیف خواتین آخر وقت تک گھریلو کام کاج اور کھیتوں کھلیانوں میں اپنے آپ کو زیادہ سے زیادہ مصروف رکھنے کی بدولت چاق و چوبند رہ سکتی ہیں۔ لیکن شہروں میں رہنے والی خواتین بہت سے پیچیدہ اور بظاہر حل نہ ہونے والے مسائل میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔ تاہم اگر وہ چاہیں تو تھوڑی سی توجہ سے ان مسائل سے نبرد آزما ہو کر صحت مند زندگی گزار سکتی ہیں۔ خواتین کو چاہیے کہ وہ شروع سے ہی اپنی مناسب غذا کا خیال رکھیں۔ ایسی غذا کا انتخاب ضروری ہے، جو متوازن ہو اور بڑھاپے میں ان کیلئے معاون و مددگار ثابت ہو۔ عمر خواتین کی غذا سادہ ہو تو معدے پر اضافی بوجھ نہیں پڑتا۔ اور وہ بیماریوں سے بڑی حد تک محفوظ رہتی ہیں۔

عمر رسیدہ خواتین میں ہڈیوں کی بوسیدگی اور سن یاس کی تکلیف عام ہے۔ ۳۵ سال کی عمر کے بعد معالج کے مشورے سے کیلشیم اور دوسرے قوت بخش اجزاء کا استعمال یقیناً مفید رہتا ہے۔ اور اس کے علاوہ جسم کو چھٹی زیادہ حرکت دی جائے گی۔ ہڈیاں اتنی ہی چکدار اور مضبوط ہوں گی۔ معالج کے مشورے سے ہلکی پھلکی ورزش یا تیز چلنا اگر معمولات میں شامل ہو تو اس طرح کی تکالیف جو بڑھاپے کے ساتھ ہوتی ہیں دور رہیں گی۔ جنسی غدود کی رطوبت (ہارمون) کی کمی کی وجہ سے بھی خواتین میں جسمانی و نفسیاتی پیچیدگیاں پیدا ہوتی ہیں۔ خواتین خصوصاً بزرگ خواتین کا وقت گھر کے اندر زیادہ گزرتا ہے۔ وہ پلنگ پر بیٹھے بیٹھے ہی سبزی ترکاری بنا دیتی ہیں۔ بعض اوقات نظر کی کمزوری اور ہاتھوں میں رعشہ کے سبب یہ بھی نہیں کر پاتیں۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ خواتین اپنا کچھ وقت صبح کی تازہ ہوا میں گزاریں۔ سردیوں میں تھوڑی دیر دھوپ میں بیٹھنا صحت و توانائی کیلئے مفید ہوتا ہے۔ اس سے جسم کی حیاتیات (دھانس ڈی) میں اضافہ ہوتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق جو خواتین دھوپ میں صبح کے وقت بیٹھتی ہیں۔ وہ

ان خواتین کے مقابلے میں جو بند جگہوں میں رہتی ہیں۔ ہڈیوں کی بوسیدگی کا بہت کم شکار ہوتی ہیں۔

ساجی اعتبار سے خواتین کا مسئلہ جزییشن گپ بھی ہے۔ اکثر عمر خواتین موجودہ زمانے کا ساتھ دینے سے قاصر ہوتی ہیں۔ مطالعہ نہ ہونے کے سبب نئی معلومات سے محروم ہوتی ہیں۔ ان کا اپنا طرز عمل اور طریق زندگی ہی انہیں عزیز ہوتا ہے (جب کہ مرد پھر بھی کسی حد تک نئی جدت سے روشناس ہوتے ہیں) (بقیہ صفحہ نمبر 32 پر)

ایڑی اور گردے کے درد کا آسان علاج

ایک صاحب کو ایڑی میں درد تھا انہوں نے کئی کے بال گھوٹ کر نوش کئے اور کئی دوسروں نے ابال کر نوش کئے تو ایڑی کا درد ختم ہو گیا۔ اگر اس کے فوائد کو تمام سال کے لیے محفوظ و نامون رکھنا ہو تو مندرجہ ذیل ترکیب سے بنا کر محفوظ رکھیں۔

کئی کے بال ایک کلو، سر پھوکا آدھا کلو دونوں پان میں خوب ابال کر پھر چھان کر مناسب چینی ملا کر شربت تیار کریں اور استعمال میں لائیں۔ اس جگہ ایک واقعہ عرض کرتا جاؤں کہ دیہات کے ایک صاحب کو گردے کا درد ہوا۔ پہلے تو توجہ نہیں کی لیکن جب مرض میں شدت ہو گئی تو اس کو ہستی کے ڈپنسر کے پاس لے گئے اس نے پیشاب کی نالی کے اندر سلائیاں مار مار کر بالآخر جواب دے دیا کہ اسے شہر کے ہسپتال لے جائیں جب سے یہاں لایا گیا تو اس کو پیشاب کے راستے خون شروع ہو گیا۔ ڈاکٹروں نے خون بند کرنے کی بہت کوشش کی لیکن کوئی افادہ نہ ہوا اور مریض کی حالت خراب ہو گئی آخر کار اسے گھر لے آئے مریض کو جب ہوش آیا تو اس نے کہا کہ مجھے کئی کے بال ابال کر پلاؤ وہ پلائے گئے تو اس کی طبیعت میں کچھ فرق محسوس ہوا اس طرح وقفہ وقفہ سے اس کو پلایا گیا جس سے خون رک گیا اور مریض کچھ عرصے بعد بالکل ٹھیک ہو گیا۔

الغرض اگر غور و فکر کے ساتھ اس کو مختلف علل و امراض میں استعمال کریں تو بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ میری ڈاکٹروں اور اطباء سے گزارش ہے کہ وہ اس پر مزید تحقیق و ریسرچ کریں تاکہ عوام الناس اس سے بھرپور فائدہ حاصل کریں۔

(صدائے عام ہے یا ران نکتہ داں کے لیے)

(بحوالہ: طبی تجربات و مشاہدات، صفحہ نمبر 11)

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

اسلام اور رواداری

اسلام اور رواداری

جنگی قیدیوں کے ساتھ حسن سلوک

جب مسلمانوں کی ہمتیں سپرد خاک کر دی گئیں تو پیغمبر اسلام نے جنگی قیدیوں سے نمنے کا فیصلہ کیا۔ جنگ بدر میں لشکر کفار کے ستر افراد مسلمانوں کے ہاتھوں اسیر ہوئے تھے۔ جزیرۃ العرب میں یہ دستور تھا کہ کوئی قیدی اسی سپاہی کی ملکیت بن جاتا تھا جس نے اسے میدان جنگ سے گرفتار کیا ہو۔ جو سپاہی دشمن کے کسی فرد کو گرفتار کرتا تو اسے یہ حق حاصل تھا کہ اگر چاہے تو اپنے قیدی کو جان سے مار ڈالے یا بردہ فروشی کے بازار میں لے جا کر فروخت کر دے یا پھر خود اپنا غلام بنا لے۔ جب کسی قیدی کو موت کے گھاٹ اتارنا مقصود ہوتا تو اس کے دونوں ہاتھ پیٹھ کے پیچھے باندھ کر اسے زمین پر بٹھا دیتے اور اس کے ہاتھوں پر بندھی رسی کا دوسرا سرا کسی درخت سے باندھ دیتے تاکہ اسیر بھاگنے کی کوشش نہ کرے اور پھر تلوار کو ہاتھ میں تھام کر گردن کے پیچھے سے اتار کر شدید وار کرتے کہ حکومت کا سر ہوا میں اڑ جاتا اور اس کی گردن سے خون کا فوارہ پھوٹ پڑتا تھا۔ اس دن بھی جب اموات مسلمین دفن ہو گئیں تو پیغمبر اسلام نے مسلمانوں سے صلاح مشورہ کیا کہ جنگی قیدیوں کا کیا کیا جائے۔ حضرت عمر بن خطاب اپنے مخصوص انداز میں گویا ہوئے۔ ”بنی گردیں اڑا دی جائیں۔“ حضرت ابو عبیدہ بولے۔ ”میرے خیال میں سارے اسیروں کو زندہ جلا دینا چاہیے“ لیکن حضرت ابو بکرؓ نے تجویز پیش کی کہ جنگی قیدیوں کو یہ اجازت دی جائے کہ وہ مکہ میں اپنے اہل خاندان سے رابطہ قائم کریں اور ان سے کہیں کہ وہ لوگ انکی آزادی کے لئے فدیہ ادا کر کے انہیں چھڑا لے جائیں۔ پیغمبر اسلام نے اس تجویز کو پسند کیا اور اس کی منظوری دے دی۔

☆☆☆☆☆

آئین مل کر دعا کریں

اسلام کے دینی و دنیوی مسائل
اسلام کے دینی و دنیوی مسائل کا قیمتی مال

جیسا کہ قارئین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس مسنون ذکر خاص مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دروازہ سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درود شریف، سورۃ فاتحہ، سورۃ الم نشرح، سورۃ اخلاص آیت کریمہ، اسم الحسنی اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات انجمنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعائیں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے اس دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک تحفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

دین کی بے لوث خدمت

ن۔ش۔ گجرات

سلام مسنون! محترم حکیم طارق محمود عبقری مجددی چغتائی صاحب سلام کے بعد عرض ہے کہ آپ جو منگل کی شام کو درس دیتے ہیں اس کے بعد میرے لیے دعا کریں کہ رب العزت مجھے صحت و سلامتی دیکر مجھ سے اپنے لئے اپنے دین اسلام کی خدمت کا کام لے آئیں۔

اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر دے آمین۔ حقیقت میں حکیم صاحب آج جبکہ دین غریب ہے تو دین کیلئے بے لوث خدمت کر رہے ہیں اس کی بہت ضرورت ہے اللہ آپ کو توفیق دے۔ آمین۔ درس میں میرے لیے دعا فرماتا۔

مقروض ہو چکا ہوں

محمد ادریس، ایبٹ آباد

محترمی! اگر امی قدر جناب حکیم صاحب۔ دامت برکاتہم السلام علیکم ورحمۃ اللہ ۵ ماہ سے آپ کا رسالہ پڑھ رہا ہوں۔ بہت مفید پایا اللہ تعالیٰ آپ کو اجر عظیم عطا فرمائے۔ مختصر حالات یہ ہیں کہ ۱۹۹۵ء سے ۴ سال سعودی عرب میں بیروزگار رہا ہوں۔ ۳ کاروبار شروع کئے۔ چاروں بند ہو گئے کافی پیسہ ادھار نکل گیا وہ لوگ تقاضا کرنے پر نہیں دیتے۔ ایک شخص کے پاس ڈیڑھ ماہ پہلے مانگئے گیا۔ اس نے الٹا پولیس کا پرچہ کرادیا۔ اس دوران کافی مقروض بھی ہو گیا ہوں۔ جو پیسہ نقصان سے بچا، وہ دوڑا ہائی لاکھ تھا وہ چوری ہو گیا۔

میرے جو بھی وظیفہ کرتا ہوں کوئی اثر نہیں کرتا۔ اب صرف درود شریف، استغفار، اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ، حَسْبُنَا اللّٰہُ وَبِعَمَلِ الْوَحْدَانِی، یا عَلَیْمُ عَلَیْمِی بابتی سب چوری ہونے کے خوف سے چھوڑ دیا ہے۔ کافی اعمال کیے، ہر وقت پریشان رہتا ہوں بیمار بھی ہوں گیس معدہ کی وجہ سے دل کی دھڑکن حقان بہت تیز رہتا ہے۔ جلدی مرض بھی ہے۔ بیوی بہت بیمار ہے۔ گردے مثانہ، جوڑوں کا درد، یورک

ایسڈ، موٹاپا، بڑی بچی کو بواسیر، پیٹ معدہ میں درد، چھوٹی بچی کو ناسلر گٹھیں بعض لوگ انجیر (خنازیر) کہتے ہیں۔ سوکھ ہے۔ خشک مزاج، گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے جھگڑے کا ماحول خواہ مخواہ بن جاتا ہے۔ برائے مہربانی منگل کو دعائیں یاد کریں۔

بیٹے کی شادی کے لیے

ایش۔ اسلام آباد

جناب محترم حکیم صاحب سلام مسنون! میں آپ کی ماہنامہ عبقری کی خریدار ہوں اور آپ کی روحانی محفل کیلئے چند ذاتی مسئلوں کے بارے میں دعا کروانا چاہتی ہوں۔ (۱) میرا بیٹا عامر آغا آجکل جہاں فائز ہے وہاں سے تبادلہ کروانا چاہتا ہے۔ (۲) اس کی ایک دفعہ طلاق ہو گئی تھی میں دوبارہ اس کی شادی کروانا چاہتی ہوں۔ اس کا جو بھی ذہنی یا جسمانی مسئلہ ہے۔ اس کیلئے دعا کروانا چاہتی ہوں۔ (۳) میرا بھائی ظفر حمید ڈپریشن کا مریض ہے اس کی صحت کیلئے دعا کر دیں (۴) میری بڑی بہن بھی آج کل بہت بیمار رہتی ہیں ان کی صحت کے بارے میں دعا کروانا چاہتی ہوں ان کا نام کشور رضا ہے۔ (۵) میرا بڑا بھائی عارف حمید لندن میں ہے اس کا پاسپورٹ کا مسئلہ ہے وہ پاکستان آنا چاہتا ہے وہ واپس آجائے آپ ہمارے لیے خصوصاً دعا کریں۔

میرے دل میں الشکاف

اقراء اکرم!

السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ کو سدا سلامت رکھیں اور آپ کو تابعد زندگی دیں اور آپ یونہی ہمیشہ ہمارے جیسے پریشان حال لوگوں کے لیے راہ چراغ بنیں رہیں آمین ثم آمین۔ میں آپ کو بہت امید کے ساتھ خط لکھ رہی ہوں۔ مہربانی فرما کر میرے لیے دعا فرمائیں کہ میں نماز پڑھنے لگوں میرے دل میں اللہ کا خوف پیدا ہو قیامت کا ڈر ہو اور

میرے دل پر لگا ہوا زنگ دور ہو۔ ہمارے گھر میں پیسہ بہت آتا ہے۔ لیکن سمجھ نہیں آتی وہ جانتا کہاں ہے برکت بالکل نہیں ہے۔ میری امی ابو اور بہن بھائی کوئی نماز نہیں پڑھتا میں بھی نہیں نماز پڑھتی۔ میرا بہت دل کرتا ہے کہ میرا دھیان اللہ اور اسکے رسول کی باتوں میں لگ جائے۔ ہم لوگوں نے مکان شروع کیا ہے لیکن پورا نہیں ہوتا کام شروع ہوتا ہے اور پھر رک جاتا ہے۔ امی کے دانتوں میں ہر وقت درد رہتا ہے۔ درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ رونے لگ جاتی ہیں امی کو شوگر کی تکلیف اور بلڈ پریشر ہے۔ آپ ہمارے مسائل کے لیے دعا کریں کہ تمام مسائل ختم ہو جائیں اور منگل کے درس میں بھی ہمارے لیے دعا کریں۔ اور اللہ تعالیٰ آپ کی عمر دراز فرمائے اور آپ اسی طرح غمزہ لوگوں کی مدد کرتے رہیں۔

بچے ملنے کا ہے

نور اللہ صاحب۔۔۔ پشاور

السلام علیکم!

محترم حکیم صاحب اللہ سے دعا گو ہوں کہ آپ خیریت سے ہونگے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے دو نواسے اور ایک نواسی ہے وہ تینوں بہن بھائی مٹی بہت کھاتے ہیں۔ کوئی دوائیں چھوڑی اور دم بھی کروائے ہیں۔ لیکن کوئی افاتہ نہیں ہوتا۔ میں اس مسئلہ میں بہت پریشان ہوں۔ سب کچھ کھاتے ہوئے ان کی صحت نہیں بن رہی ایک بواڑ کا جس کا عمر چار سال ہے نام رحمدلی اور دوسرا لڑکا جس کی عمر تین سال ہے نام احمد جتلی ہے۔ بچی کا نام وردہ ہے اس کی عمر ایک سال چھ ماہ ہے۔ مہربانی فرما کر ان کے لیے خصوصی دعا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو بلند ترین مراتب عطا فرمائے اور لمبی عمر عطا فرمائے تاکہ زیادہ سے زیادہ لوگوں کی دعائیں لیں سکیں۔ آمین۔ والسلام

عقربی آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نور محمدی مبارک 0222 2100700

پشاور: عیسیٰ نور محمدی مبارک 0300-9595273

راولپنڈی: محمد عیسیٰ نور محمدی مبارک 051-5505194

لاہور: شفیق نور محمدی مبارک 042-7236688

سیالکوٹ: ملک عیسیٰ نور محمدی مبارک 0524 598189

مٹان: آجیز نور محمدی مبارک 0300 7388662

رحیم یار خان: امانت علی مبارک 008 5872626

علی پور: ملک عیسیٰ نور محمدی مبارک 0333-7674484

خانپال: طاہر شہزاد مبارک

ڈیرہ غازی خان: عمران نور محمدی مبارک 064-2017622

جھنگ: نقیث شاہ صاحب 0304-3410861

حاصل پور: گلزار احمد صاحب 062-2449565

درگاہ پاکپتن: شیخ عیسیٰ نور محمدی مبارک 0457-374452

منظر گڑھ: نور محمدی مبارک 066-2413121

کلور کوٹ: محمد عیسیٰ نور محمدی مبارک 0333-8421027

سجرات: خالد بن محمد مبارک

عبدالحکیم: محمد عیسیٰ نور محمدی مبارک

شورکوٹ کینٹ: عدنان اکرم صاحب 0333-7685578

بہاولپور: زہرا نور محمدی مبارک 0300-6825135

پوریوالہ: مکتبہ قادریہ ڈاک 0300-7591190

وہاڑی: فاروق نور محمدی مبارک 0333-6005921

بھیمہ شریف: شیخ ناصر صاحب نور محمدی مبارک 0301-6799177

ٹوبہ ٹیک سنگھ: ملک محمدی مبارک 0462-515706

وزیر آباد: شاہ نور محمدی مبارک 0345-6892591

ڈسکہ: نایاب نور محمدی مبارک 0300-6430315

حیدر آباد: العیسیٰ نور محمدی مبارک 0300-3037026

سکھر: الحاج نور محمدی مبارک 071-5613548

کونٹہ: خرم نور محمدی مبارک 0333-7812805

انک: نسیم پناش نور محمدی مبارک 0301-5514113

میلانی: امتیاز احمد صاحب 0321-7982550

خان پور: چوہدری تقی محمد صاحب 068-5572654

واہ کینٹ: حبیب الرحمن صاحب 0514-543384

فیصل آباد: ملک کاشف صاحب نور محمدی مبارک 0300 6698022

صادق آباد: عیسیٰ نور محمدی مبارک 068 5705624

بھکر: ممتاز محمدی مبارک 0300-7781693

گوجرانوالہ: محمد عیسیٰ نور محمدی مبارک 0554 710430

گوجرانوالہ: رحمن نور محمدی مبارک 0300-6422516

جہانیاں: حافظہ محمدی مبارک 0306 7604603

کوٹ اوو: عبدالملک صاحب 0333-6008515

منڈی بہاؤ الدین: آصف بیگ نور محمدی مبارک 0456-504847

احمد پور شرقیہ: بلال نور محمدی مبارک 0302 - 8674075

کالی دنیا کالے عامل اور ازیلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآن طاقت کا کمال

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آپ نے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جائے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خود کشتی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی نئی خوشی بسر کر رہے ہیں۔
قارئین! انشاء اللہ آپ عقربے کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں گے۔

سریں درد کے لیے

جس شخص کے سر میں درد ہو اس کا ماتھا پکڑ کر ان آیتوں کا سات مرتبہ پڑھ کر دم کرنا نہایت مفید ہے۔

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ
عَلَيْهِ مَاعِيتُمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ
بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ 0 فَإِنْ
تَوَلَّوْاْ فَقُلْ حَسْبِيَ اللّٰهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ
تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ 0

(سورۃ توبہ آیت نمبر 128 تا 129) پیٹ کے درد کے لیے گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلا تا مجرب ہے۔ اگر فاسق، فاجر، شرابی، افیونی، جواہری وغیرہ وغیرہ ان آیتوں کو رات کو با وضو سو مرتبہ روزانہ کیس دن تک پڑھیں تو انشاء اللہ سارے گناہ اور نا پاک خصلتیں چھوٹ جائیں۔ ہر ایک مصیبت کے لیے ان آیتوں کا پڑھنا نہایت مفید ہے۔ سات دن تک تین ہزار مرتبہ روزانہ ان آیتوں کا پڑھنا نہایت مفید ہے اور اسم اعظم کی تاثیر پیدا کرتا ہے۔

(بقیہ: حسین عورت کو دیکھ کر بے ہوش ہو گیا)

بھر باپ نے پوچھا وہ کون سی آیت تھی جو نے پڑھ لی تھی؟ یہ سن کر بیٹے نے مذکورہ بالا آیت پڑھ کر سنا دی اور پھر بے ہوش ہو کر گر پڑا، اس کو بلایا گیا تو معلوم ہوا کہ وہ مر چکا ہے، چنانچہ رات ہی کو دفن کر دیا گیا۔ جب صبح ہوئی اور حضرت عمرؓ کو اس کے انتقال کی خبر ملی تو مرحوم کے بوڑھے باپ کے پاس تفریت کیلئے گئے، تفریت کے بعد شکایت کی کہ مجھے خبر کیوں نہ دی۔ اس نے کہا امیر المؤمنین ارات ہونے کی وجہ سے اطلاع نہ دے سکے۔ حضرت عمرؓ نے فرمایا، مجھے اس کی قبر پر بے چلو۔ قبر پر جا کر فرمایا، اے شخص! وَلَمْ تَنْ خَافْ مَقَامَ رَبِّكَ جَنَّاتٍ اور اس شخص کیلئے جو خدا سے ڈرتا ہے وہ باغ ہیں (الرضن) اس شخص نے قبر کے اندر سے جواب دیا، مَا عَمَّوْاْ لَكَ اَعْطَانِيهَا رَبِّيْ فِى الْحَيٰۃِ۔ "اے عمر! اللہ نے مجھے دونوں جہنمیں دے دی ہیں۔" (ابن عباسؓ کہ موت کا جھٹکا ۳۶)

دشمن میں کبھی مخالفت کی طاقت نہ رہے گی

اگر کسی شخص کو کسی دشمن کے اٹھنے اور جنگ کرنے یا مقدمہ دائر کرنے کا خوف ہو اور وہ چاہے کہ وہ دشمن نہ اٹھے وہ شخص اس آیت کو ایک سو مرتبہ تیرہ دن تک مع اعوذ باللہ من الشیطان الرجیم کے پڑھے آیت یہ ہے۔

وَلَوْ اَرَادُوا الْخُرُوجَ لَاَعَدُوْا لَهُ عَدُوٌّ ۚ وَلٰكِنْ كَرِهَ اللّٰهُ اِبْعَالَهُمْ فَبَطَلَتْهُمْ وَقِيلَ اِفْعَدُوْا وَاَمَعَ الْقُعْدِيْنَ۔ (سورۃ توبہ آیت نمبر 46)
انشاء اللہ دشمن میں کبھی مخالفت کی طاقت نہ رہے گی۔

دشمن کی کسی بھی بددلی یا اذیت سے حفاظت کے لیے

اگر کسی شخص کو کسی دشمن کی جانب سے کسی طرح کی مصیبت پہنچنے کی خبر پہنچے، فوراً تین مرتبہ اس آیت کو پڑھے۔

لَنْ يُصِيبَنَا اِلَّا مَا كَتَبَ اللّٰهُ لَنَا ۚ هُوَ
مَوْلَانَا ۚ وَعَلَى اللّٰهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُوْنَ 0
(سورۃ توبہ آیت نمبر 51) انشاء اللہ کبھی کوئی برائی یا اذیت نہ پہنچے گی۔

اجنبی لوگ طرف دار اور دوست بن جائیں گے

اگر کسی جگہ کوئی شخص تنہا رہ گیا ہو اور وہاں کوئی شخص اس کا حمایتی اور طرف دار، جانب دار نہ ہو، ایک سو ایک مرتبہ اس آیت کو پڑھے انشاء اللہ اجنبی لوگ طرف دار اور دوست بن جائیں گے۔ آیت شریف یہ ہے۔

اِنَّ اللّٰهَ لَهُ مُلْكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ
يُحْيِي وَيُمِيتُ ۚ وَمَا لَكُمْ مِّنْ دُوْنِ اللّٰهِ
مِنْ وَلِيٍّ ۚ وَلَا نَصِيْرٍ 0 (سورۃ توبہ آیت نمبر 116)

تجربہ سے مفید ثابت ہوئی ہے۔

جنات کی پر اسرار لذیذ ضیافت (عفان اقبال)

ابن ابی کثیرؒ کی پر اسرار لذیذ ضیافت

السلام علیکم! میرا نام عفان اقبال ہے۔ میں آپ کے ”ماہنامہ بقری“ کا مستقل ممبر ہوں۔ آج میں اس رسالے کے ایک Topic ”جنات سے سچی ملاقاتیں“ کے حوالے سے ایک سچا واقعہ لکھ رہا ہوں جو کہ میرے والد محترم کے ساتھ پیش آیا۔ یہ نو مبر 1997ء کا ذکر ہے میرے والد (OGDC) کے سنور آفیسر کی حیثیت سے ساگھڑ (صوبہ سندھ) گئے تھے۔ ویسے وہ 1994ء سے لیکر 2000 تک پاکستان کی مختلف علاقوں کی فیلڈوں پر رہے ہیں اور ہر جگہ کوئی نہ کوئی واقعہ رونما ہوا ہے۔ یہ واقعہ ناقابل فراموش ہے۔ ہوا یوں کہ میرے والد اپنی پارٹی کے ہمراہ گاڑی پر ڈرائنگ مشین کے پرزہ جات شہر لینے جا رہے تھے۔ راستہ کافی دیر ان اور سرد تھا۔ دور دور تک کوئی آبادی نہ تھی اور شہر خاصا دور تھا۔ چلتے چلتے عشاء کا وقت ہو گیا کہ گاڑی کا پٹرول ختم ہو گیا۔ اب دور دور تک کہیں پٹرول ملنے کی امید نہ تھی، وائزلیس سے فیلڈ پر رابطہ کیا تو ان کی گاڑیاں موجود نہیں تھیں کہ مدد کو پہنچتی۔ میرے والد صاحب بڑے خوش مزاج انسان ہیں انہیں نے اپنے ساتھیوں سے کہا ”بھئی! جو کچھ کھانے کا ہے کھولو اور رات ہمیں یہاں ہی گزارنی ہوگی کیونکہ صبح تک ہم کچھ نہیں کر سکیں گے ورنہ گاڑی کی طرح ہمارا بھی یہی حال ہوگا۔“ جو کچھ میسر تھا وہ سب نے تھوڑا تھوڑا کھا لیا۔ رات کے تقریباً ساڑھے گیارہ بجے کے قریب دو دراز قد آدمی نہ جانے کہاں سے نمودار ہوئے ان کے ہاتھوں میں دسترخوان اور کچھ برتن تھے گاڑی کی ہیڈ لائٹس ڈرائیور نے ان کی کہ کہیں کوئی ڈاکو تو نہیں آگئے۔ گاڑی کی لائٹس بھی بڑی مدھم تھیں مگر پھر بھی کچھ فاصلے تک دیکھا جا سکتا تھا ان آدمیوں نے پچھڑیاں باندھی تھیں اور اپنے منہ ڈھانکے ہوئے تھے۔ انہوں نے سب سے مخاطب ہوتے ہوئے کہا کہ آپ لوگ کہاں سے آئے ہیں؟“ سب نے بتایا کہ ہم ”آئل اینڈ گیس کمپنی کے ملازمین ہیں ہماری گاڑی خراب ہو گئی ہے لہذا رات ہم یہاں ہی گزاریں گے۔“ دونوں آدمی کہنے لگے ”آپ لوگ ضرور بھوکے بھی ہوں گے؟“

سب نے بغیر جواب دیئے سر ہلایا۔ چند سیکنڈوں میں

انہوں نے دسترخوان بچھایا اور پلیٹیں رکھیں۔ دوسرا آدمی سیکنڈز میں ایک بڑی دہکنی جس پر کپڑے میں لپٹے تافان تھے لا کر سب کے سامنے رکھ دیے اور کہا کہ ”آپ کھانا کھائیے برتن ہم ابھی لے جاتے ہیں۔“ سب نے اسے مدد خدا سمجھ کر کھایا۔ کھانے میں مرغی کا تورمہ تھا۔ میرے والد کا کہنا ہے کہ ”ایسا لذیذ کھانا آج تک میں نے نہیں کھایا۔“ سب نے اللہ کا شکر کر کے برتن کو دسترخوان سے باندھ کر ایک جگہ رکھا کہ وہ آدمی آگئے۔ میرے والد سمیت سب نے ان کا شکریہ ادا کیا۔ والد نے کہا کہ ”جب انہوں نے میری طرف دیکھا تو ان کی آنکھیں سرخ تھیں اور میں ان سے ایک نظر نہیں ملا سکتا تھا“ تھوڑی دور سب نے انھیں جاتے دیکھا مگر اس کے بعد نہ جانے وہ کہاں گئے۔ صبح آفس کی گاڑیاں آگئیں اور سب چل دیئے۔ گاڑی کے ڈرائیور نے دیکھا کہ مٹی پر چند قدموں کے نشانات ہیں مگر آگے زمین بالکل صاف تھی بہر حال کسی نے پرواہ نہ کی اور کوئی میل کی دوری پر ایک چھوٹا سا گاؤں آیا۔ سب وہاں رے ان لوگوں سے پوچھا کہ آپ نے اتنا لذیذ کھانا اتنی جلدی کیسے بھیجا۔ پوچھنے پر وہاں کے لوگوں نے کہا کہ ”ہم تو غریب لوگ ہیں ہم آپ کو تورمہ اور تافان کیسے کھلا سکتے ہیں۔ ہمیں تو ایک وقت کی روٹی مل جائے تو بہت ہے۔ یہ کوئی اور ہی شے تھی جو کہ اللہ نے آپ کی مدد کو بھیجی ہوگی۔“

سب سمجھ گئے کہ یہ کوئی جنات تھے جو کہ حضرت خضر بن کر ہماری مدد کو آئے اور نہ جانے کہاں چلے گئے۔ اس واقعے کو 9 سال گزر چکے ہیں لیکن یہ واقعہ والد صاحب اور ہمارے ذہن میں اس طرح رچ گیا ہے جیسے آج ہی رونما ہوا ہے۔

کراچی اور اوپنڈی میں ادویات

حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور اوپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کے لیے موبائل نمبرز:

(۱) کراچی کے لیے رابطہ: 0300-3218560

(۲) اوپنڈی کے لیے رابطہ: 0333-5648351

051-5539815

ماں کا احترام اور تعظیم و تکریم

امام ابو حنیفہؒ کے والدین نہایت نیک تھے۔ امام صاحبؒ ان کے لیے ہمیشہ دعا کرتے تھے۔ خاص طور سے اپنی والدہ ماجدہ کا بے حد احترام اور تعظیم و تکریم کرتے تھے۔ ان کی دل داری و دل جوئی میں لگے رہتے تھے۔ فرماتے ہیں کہ میں نے اپنے اعمال کے تین حصے کئے ہیں۔ ایک تنہائی اپنے لیے۔ ایک تنہائی اپنے والدین کے لیے اور تنہائی اپنے استاد حمادؒ کے لیے۔

آپ کے والد کا انتقال پہلے ہوا اور والدہ 130ھ کے بعد فوت ہوئیں۔ اس لیے ان کی خدمت کا زیادہ موقع ملا۔ امام صاحبؒ اپنی والدہ کی کوئی بات نہیں ٹالتے تھے۔ حتیٰ کہ عمر بن عمرؓ کی مجلس میں جاتے تو والدہ کو سواری پر لے جاتے تھے۔ ایک مرتبہ ان کی والدہ نے کسی بات پر قسم کھائی اور اس کے بارے میں اپنے بیٹے سے فتویٰ پوچھا مگر ان کے جواب سے مطمئن نہیں ہوئیں۔ اور کہا کہ جب تک زرعہ واعظ سے دریافت نہیں کرو گے مجھے اطمینان نہ ہوگا۔ امام صاحبؒ زرعہ واعظ کے پاس لے گئے اور والدہ نے خود ان سے فتویٰ پوچھا۔ انہوں نے کہا کہ فقیہ کو فہ آپ کے ساتھ ہیں، میں کیا فتویٰ دوں۔ امام صاحبؒ نے والدہ محترمہ کے احترام میں زرعہ سے کہا میں نے فتویٰ بتایا ہے اور آپ فتویٰ دے دیں۔ چنانچہ ایسا ہی ہوا اور والدہ راضی ہو گئیں۔

امیر کوفہ یزید بن عمر بن ہبیرہ نے امام صاحبؒ کو عہدہ قضاء پیش کیا اور انکار پر ایک سو دس درے مارے۔ آپ کہتے تھے کہ مجھے اس سزا سے اتنی تکلیف نہیں ہوئی جتنی اس حادثہ کی وجہ سے والدہ کے رنج و غم سے ہوئی۔ والدہ نے کہا کہ نعمان جس علم کی وجہ سے تم کو یہ دن دیکھنا پڑا، اس سے ترک تعلق کر لو۔ میں نے کہا کہ اگر میں اس علم سے اگر دنیا حاصل کرنا چاہتا تو بہت زیادہ حاصل کر لیتا۔ میں نے علم صرف اللہ کی رضا جوئی اور اپنی تجارت (میں راہنمائی) کے لیے حاصل کیا ہے۔

(بحوالہ: عورت اسلام اور جدید سائنس، صفحہ نمبر 107-108)

(بقیہ فضیل ڈاکو سے فضیل قلندر تک)

اور تیری مجلس میں آیا جایا کریں تیری تعظیم کریں“ یہ تیری ناکامی ہے اگر یہ تیری صحیح حالت ہے تو بری حالت کیسی ہوگی۔ اور میں نے انہیں یہ کہتے بھی سنا ”اگر تجھے اس بات کی قدرت ہو کہ معروف (قابل تریف بشہور) نہ ہو تو ایسا ضرور کر لو، اور تجھے معروف ہونا ضروری بھی نہیں، اگر تیری تریف نہ کی جائے تو تجھے کیا کمی ہو جائے گی اور اگر تو لوگوں کے نزدیک مذموم اور اللہ کے نزدیک محمود ہو تو پھر تیرا کیا بگاڑتا ہے۔“

حسین عورت کو دیکھ کر بے ہوش ہو گیا (موس خان عثمانی)

وَاللّٰهُ اَعْلَمُ بِمَا فِيْ قُلُوْبِهِمْ وَرَأٰى كَيْفَ كَانَتْ عَمَلَاتُهَا
مَجْمُوْعَةً لِّىْ اَتَمَّ بِهَا دِيْنًَا لِّبَلَدٍ يَّجِيْزٍ

حضرت یحییٰ بن یوسف خراسانی سے مروی ہے کہ حضرت عمرؓ کے زمانہ میں ایک پرہیزگار جوان تھا، وہ مسجد میں گوشہ نشین رہتا تھا اور اللہ تعالیٰ کی عبادت میں مصروف رہتا تھا۔ حضرت عمرؓ کو وہ شخص بہت پسند تھا۔ اس جوان کا بوڑھا باپ زندہ تھا اور وہ شخص عشاء کے بعد اپنے بوڑھے باپ سے ملنے روزانہ جایا کرتا تھا۔ راستہ میں ایک عورت کا مکان تھا، وہ اس جوان پر فریفتہ ہو گئی اور بہکانے لگی، روزانہ دروازے پر کھڑی رہتی اور جوان کو دیکھ کر بہکا یا کرتی۔ ایک رات اس شخص کا گزر ہوا تو اس عورت نے بہکا نا شروع کیا یہاں تک کہ وہ شخص اس کے پیچھے ہو گیا، جب وہ اس عورت کے دروازے پر پہنچا تو پہلے عورت اپنے مکان میں داخل ہو گئی پھر یہ شخص بھی داخل ہونے لگا، اچانک اس نے اللہ تعالیٰ کو یاد کیا اور یہ آیت اس کی زبان سے بے ساختہ جاری ہو گئی۔

”اِنَّ الْبٰیْنَ اتَّقَوْا اِذَا مَسَّهُمْ طٰٓئِفٌ مِّنَ الشَّيْطٰنِ تَذَكَّرُوْا فَاِذَا هُمْ مُبْصِرُوْنَ“ (اعراف ۲۰۱) ”بے شک جو لوگ خدا سے ڈرتے ہیں جب انہیں شیطان چھوتا ہے وہ چونک جاتے ہیں اور ان کی آنکھیں کھل جاتی ہیں۔“ اور پھر عرض کیا کہ وہیں دروازے پر گر پڑا۔ اندر سے عورت آئی، یہ دیکھ کر کہ جوان اس کے دروازے پر بے ہوش پڑا ہے، اس کو اپنے اوپر الزام آنے کا اندیشہ ہوا۔ چنانچہ اس نے اپنی ایک لونڈی کی مدد سے اس جوان مرد کو وہاں سے اٹھ کر اس کے دروازے پر ڈال دیا۔ ادھر بوڑھا باپ اپنے لڑکے کی آمد کا منتظر تھا، جب بہت دیر تک وہ نہ آیا تو اس کی تلاش میں گھر سے نکلا، دیکھا کہ دروازے پر بے ہوش پڑا ہے۔ بوڑھے نے اپنے گھر والوں کو بلایا، وہ اس کو اٹھا کر اپنے گھر کے اندر لے گئے۔ رات کو وہ جوان ہوش میں آیا۔ باپ نے پوچھا بیٹا! تجھے کیا ہو گیا ہے؟ اس نے جواب دیا، خیریت ہے۔ باپ نے واقعہ کی حقیقت دریافت کی تو اس نے پورا واقعہ بیان کر دیا، (صفحہ نمبر 30 پر)

ویران چہروں کو شادمانی بخشنے والی ایک مسنون دعا

”اَللّٰهُمَّ اسْتَهْدِيْكَ لَا رَشْدَ اَمْرِیْ
وَزِدْنِیْ عِلْمًا یَنْفَعْنِیْ“

”اے اللہ میں اپنے معاملہ میں زیادہ رشد و ہدایت والے راستے کی آپ سے رہنمائی چاہتا ہوں اور مجھے علم نافع اور زیادہ عطا فرما۔“

چنانچہ حضرت حصینؓ نے یہ دعا پڑھی اور اسی مجلس میں اٹھنے سے پہلے ہی مسلمان ہو گئے۔ (حیۃ الصحابہ جلد ۱ ص ۹۳) فائدہ: (۱) اگر کسی کو دینی کام کے اندر صحیح فیصلہ کرنے میں دشواری پیش آرہی ہو تو مذکورہ بالا دعا کو حضور قلب اور توجہ الی اللہ کرتے ہوئے گیارہ مرتبہ پڑھیں ان شاء اللہ صحیح فیصلہ کرنے کی توفیق نصیب ہوگی۔

(۲) جب کوئی ذاتی امر ایسا پیش آجائے کہ آدمی اس کا فیصلہ نہ کر سکے اور اس وقت کوئی ہمدرد یا دوست بھی موجود نہ ہو جس سے مشورہ کر سکے تو اس وقت یہ مسنون عمل انسان کے لئے نعمت عظمیٰ سے کم نہیں مذکورہ مسنون دعا پڑھے اور جہول میں صحیح معلوم ہو فیصلہ کر دے۔

(بقیہ: عمر رسیدہ خواتین اور کام کاج کے مجھڑے) نتیجے کے طور پر ان کے بچے بڑے پیار سے اور بہنیں ناک بھوں جڑھا کر ان کے مشورے رد کر دیتی ہیں۔ جس سے انہیں بہت رنج اور دکھ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ یہ شدید رد عمل ان کو مختلف ذہنی اور نفسیاتی امراض میں مبتلا کر دیتا ہے اور وہ اپنے آپ کو دوسروں کی نظروں میں کمتر اور چھوٹا خیال کرنے لگتی ہیں۔ اور بعض خواتین تو خود کلامی کے مرض کا شکار بھی ہو جاتی ہیں۔

ملفوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے ممنون ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔

مسند و کشتیں میں درج ہے بجاؤ کیلئے
مسنون مل

حضور ﷺ فرماتے ہیں میرے امتی کو ڈوبنے سے بچاؤ کے لئے اور کشتیوں میں سوار ہونے کے وقت (سورہ الزمر آیت نمبر 67 سورہ ہود آیت نمبر 41) پڑھنی چاہئے۔

بِسْمِ اللّٰهِ الْمَلِکِ الْحَقِّ ”وَمَا قَدَرُوا اللّٰهَ حَقَّ قَدْرِہِ وَالْاَرْضُ جَمِیْعًا قَبْضَتُہُ یَوْمَ الْقِیَمَۃِ وَالْاَسْمٰوٰتُ مَطْوِیٰتٌ بِیْمِیْنِہِ سُبْحٰنَہُ وَتَعَالٰی عَمَّا یُشْرِکُوْنَ ۝ بِسْمِ اللّٰهِ مَجْرِبٰہَا وَمَرْسَہَا اِنَّ رَبِّیْ لَغَفُوْرٌ رَّحِیْمٌ“

”شروع اللہ کے نام سے جو بادشاہ ہے حق ہے، اور (انفوس کہ) ان لوگوں نے خدا تعالیٰ کی کچھ عظمت نہ کی جیسی عظمت کرنا چاہتے تھے حالانکہ (انکی وہ شان ہے کہ) ساری زمین اس کی مٹھی میں ہوگی قیامت کے دن اور تمام آسمان لپٹے ہوں گے اسکے داہنے ہاتھ میں وہ پاک اور برتر ہے اس کے شرک سے۔ اس کا چلنا اور اس کا ٹھہرنا (سب) اللہ ہی کے نام سے ہے بالیقین میرا رب غفور ہے رحیم ہے۔“

جو شخص اپنی مصیبت کسی پر ظاہر نہ کرے

حضرت عبد اللہ ابن عباسؓ روایت کرتے ہیں کہ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو بندہ کسی جانی یا مالی مصیبت میں مبتلا ہوا اور وہ کسی سے اس کا اظہار نہ کرے اور نہ لوگوں سے شکوہ شکایت کرے تو اللہ تعالیٰ کا ذمہ ہے کہ وہ اس کو بخش دیں گے۔ (معجم اوسط طبرانی)

کچ فیصلہ کرنے کی توفیق نصیب ہو

حضرت حصینؓ کو آپ ﷺ نے اسلام کی دعوت دی حضرت حصینؓ نے فرمایا میری قوم ہے میرا خاندان ہے (اگر اسلام) لاؤں گا تو ان سے مجھے خطرہ ہے اسلئے اب میں کیا کہوں آپ ﷺ نے فرمایا یہ دعا پڑھو۔

فضیل ڈاکو سے فضیل قلندر تک

ان کے لئے

علی بن خشرم کہتے ہیں کہ مجھے فضیل بن عیاض کے ایک پڑوسی نے بتایا کہ فضیل ڈاکو تھے اور اکیلے رہائی کرتے تھے ایک رات وہ لوٹ مار کرنے نکلے تو ایک قافلہ تک پہنچے جو ابھی رات ہی کو پہنچا تھا تو ایک آدمی نے دوسرے کو کہا کہ اس بستی سے دور رہ کر چلو۔ یہاں ایک فضیل نامی شخص ہے جو اکیلا لوٹ مار کر لیتا ہے ”یہ بات سن کر فضیل پر کچکی طاری ہو گئی انہوں نے کہا کہ لوگو! میں فضیل ہوں آرام سے جاؤ! میں بہت کوشش کروں گا کہ اب اللہ تعالیٰ کی نافرمانی نہ کروں تو انہوں نے ڈاکر زنی سے توبہ کر لی۔

ایک روایت میں اس طرح ہے کہ انہوں نے قافلے والوں کو کہا کہ تم فضیل کے شر سے امن میں ہو اور ان لوگوں کے لیے کھانے پینے کا انتظام کرنے لگے اس دوران کسی کو یہ آیت پڑھتے سنا ”کیا اب تک وہ دقت نہیں آیا کہ لوگوں کے دل اللہ کے ذکر کے لیے جھک جائیں“ (حدید: ۱۶) یہ سنتے ہی انہوں نے کہا کیوں نہیں وہ دقت آپہنچا۔ تو یہی ان کی توبہ کی ابتداء ہے۔

ابراہیم بن اُحس کہتے ہیں کہ میں نے حضرت فضیل کو ایک رات یہ آیت تلاوت کرتے سنا ”اور ہم ضرور تمہیں آزمائیں گے حتیٰ کہ جان لیں تم میں سے مجاہدین اور صابریں کو“ (محمد: ۳۱) تو حضرت فضیل ”اور تمہاری خبریں جان لیں“ کہ الفاظ کو دہراتے جاتے اور روتے جاتے ”اے اللہ تو ہمارے واقعات جانچے گا! اگر جانچے گا تو ہماری رسوائی ہوگی اور عیوب پوشیدہ کھل جائیں گے۔ اگر تو ہمارے واقعات جانچے گا تو ہمیں ہلاک کرے گا اور عذاب دے گا۔ اور میں نے انہیں یہ کہتے ہوئے بھی سنا ”کہ تو لوگوں کے لیے مزین ہوتا ہے ان کے لیے اعمال کرتا ہے اور تیاری کرتا ہے تو ریاکاری کرتا ہے حتیٰ کہ وہ تجھے پہچان کر کہیں کہ ”یہ نیک آدمی ہے“ اور تیری ضروریات کو پورا کریں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 31 پر)

بندوق کی گولی سے ڈلیوری کیسے آسان ہوتی

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربطی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

میری معالجاتی زندگی کا ایک عجیب واقعہ

میں معالج نہیں ہوں لیکن معالجات کی صحبت اٹھائی ہے۔ اور معالجات کی خدمت کے موقع مجھے بہت ملے ہیں۔ اس لئے ذیل کا عجیب واقعہ میری معالجاتی زندگی کا واقعہ تو نہیں ہے، ہاں میرے معالجاتی مطالعہ اور مشاہدے کا واقعہ ضرور ہے۔ میرے بچپن کا ذکر ہے کہ میرے وطن میں ایک بہت مشہور ڈاکٹر صاحب تھے۔ ان ڈاکٹر صاحب کا صحیح نام بتانا تو میں مناسب نہیں سمجھتا۔ اس لئے میں ان سطور میں ڈاکٹر موصوف کو ڈاکٹر عبداللہ کے نام سے یاد کروں گا۔ ڈاکٹر عبداللہ پہلے جراحی کا کام کرتے تھے۔ اس فن کے بھی ایسے ایسے باکمال لوگ ہمارے ملک میں گزرے ہیں کہ بڑے بڑے سرجن انکشت بدنداں رہ جاتے تھے۔ ان ہی باکمال میں سے ایک میاں عبداللہ تھے۔ کہتے ہیں پہلے وہ ایک چھوٹے سے بازار میں ایک شکستہ سی دکان پر دو پہر کے بعد بیٹھا کرتے تھے۔ پھر رفتہ رفتہ انہوں نے اپنا ذاتی مکان بنالیا اور اس کے کمرے میں بیٹھنے لگے۔ پہلے پہلے وہ صرف کچھوڑے پھنسیوں کا علاج کرتے تھے لیکن جب پریکٹس زیادہ ہو گئی تو اور مریضوں کو دوا بھی دینے لگے۔ پھر اسی کمرے میں انہوں نے انگریزی دوا خانہ قائم کر لیا اور ایک کپاؤنڈر ملازم رکھ لیا۔ اب وہ باقاعدہ ڈاکٹر بن گئے۔

میرے بچپن میں ان کی عمر ۵۷ برس سے کم نہ تھی۔ شہر میں اس وقت بھی بہت سے ڈاکٹر تھے جن میں سے بعض بیرونی ممالک سے بڑی بڑی ڈگریاں حاصل کر کے آئے ہوئے تھے۔ اسی زمانہ میں دوشہر حکیم بھی شہر میں موجود تھے جن کی قابلیت مسلم تھی۔ اس کے علاوہ کئی ہسپتال بھی تھے جہاں دوا مفت ملتی تھی، مگر بھیڑ جس قدر ڈاکٹر عبداللہ کے ہاں رہتی تھی، اتنی کسی مطب میں نظر نہ آتی تھی۔ اب سینے، شہر کے ایک نہایت معزز شخص کی بہو کے بچہ ہونے والا تھا۔ درد شروع ہوتے ہی شہر کی ایک تجربہ کار دوائی اور ایک مشہور لیڈی ڈاکٹر بلائی گئی۔ نو ماہ پورے ہو چکے تھے۔ دردرات بھر باگر بچہ پیدا نہ ہوا۔ حاملہ کا برا حال تھا۔ اس پر ہسٹریا کے دورے پڑ رہے تھے۔ سول سرجن اور شہر کے دو مشہور ڈاکٹر بھی طلب کئے گئے۔ مگر کوئی نتیجہ نہ نکلا۔ بچہ نہ آج ہوتا ہے اور نہ کل۔ ڈاکٹر

عبداللہ کہیں شہر سے باہر مریض کو دیکھنے گئے تھے ان کا سخت انتظار ہو رہا تھا۔ حاملہ غریب کو ترپتے ترپتے شام ہو گئی۔ آخر ڈاکٹر عبداللہ باہر سے آ گئے۔ ان کو فوراً طلب کیا گیا ڈاکٹر عبداللہ نے آتے ہی بغور مریضہ کا معائنہ کیا۔ اب سارا گھر اس کی زندگی سے مایوس ہو چکا تھا۔ اس وقت وہ بالکل بے ہوش تھی۔ دو ڈاکٹر اور ایک ڈاکٹر ٹرنی اور مریضہ کے خاوند اور سر، یہ سب ڈاکٹر عبداللہ کے پیچھے کھڑے تھے۔ معائنہ کے بعد ڈاکٹر عبداللہ مسکرائے۔ عزیزوں کی جان میں جان آ گئی۔ یہ ڈاکٹر صاحب کا خاص انداز تھا۔ ڈاکٹر صاحب کا مسکرانا اس بات کی دلیل تھی کہ مرض اور اس کا صحیح علاج ان کی سمجھ میں آ گیا۔ انہوں نے مسکرا کر ڈاکٹروں کی طرف دیکھا اور بولے ”بھیا، ڈاکٹر کی کتابوں میں نہیں ملتی، یہ خدا داد نعمت ہے۔“ اس کے بعد انہوں نے حاملہ کے سر سے کہہ کر، ایک بندوق منگوائی۔ فوراً بھری ہوئی بندوق لائی گئی۔ ڈاکٹر صاحب نے کمرے کے دروازے کھولا کہ بندوق کی نال باہر کی طرف کی اور کہا سامنے سے سب کو ہٹا دو۔ جب اطمینان ہو گیا کہ باہر دور تک کوئی سامنے نہیں ہے تو انہوں نے دھائیں سے بندوق داغ دی اور اطمینان کے ساتھ بندوق سر صاحب کے حوالے کر کے باہر آ گئے اور دوائی اور لیڈی ڈاکٹر کے علاوہ سب کو باہر بلا لیا۔ چند منٹ کے بعد ہی اطلاع ملی کہ بچہ پیدا ہو گیا۔ حقیقت میں ایک طبیب کیلئے علم طب سے کہیں زیادہ سوجھ بوجھ اور تجربہ کی ضرورت ہے۔ (سید ابوالانشاء)

ارکین کی قیمتی رسالے

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوق خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ کا جواب ہاں ہی ہوگا، تو پھر ماہنامہ معجزی کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوق خدا کے لئے نفع رساں ہے، آئیے آپ بھی اپنا حصہ ملائے، آپ اپنی قیمتی آرام جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہو سکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھیج سکتے ہیں

ubqari@hotmail.com

قارئین کی خصوصی تحریریں

ہر مرض سے شفاء ہو

نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص بارش کا پانی لیکر اس پر سورۃ فاتحہ ستر بار، آیت الکرسی ستر بار، قل ہو اللہ احد ستر بار اور معوذتین (قل اعوذ برب الناس اور قل اعوذ برب الفلق) ستر بار پڑھ کر دم کرے تو آپ ﷺ نے قسم کھا کر ارشاد فرمایا کہ حضرت جبریل علیہ السلام میرے پاس تشریف لائے اور مجھے خبر دی کہ جو شخص یہ پانی سات روز تک متواتر پیئے گا اللہ سبحانہ و تعالیٰ اس کے جسم سے ہر بیماری دور فرمائیں گے اور اسے صحت و عافیت عطا فرمائیں گے اور اس کے گوشت پوست اور اس کی ہڈیوں سے بلکہ تمام اعضاء سے تمام بیماریاں نکال دیں گے۔ (الدر المنثور ج ۱ ص ۱۱)

ٹانگوں میں شدید درد کا علاج

(محمد ارشد۔۔۔ بہاولپور)

میری چھوٹی بیٹی کالج میں پڑھتی تھی کہ اسے ٹانگوں میں شدید درد شروع ہو گیا ڈاکٹروں نے بھی علاج کیا آرام نہ آیا بلکہ بہاولپور کے وکٹوریہ ہسپتال میں داخل کر دیا گیا اور ہڈیوں کے ڈاکٹر بشیر جمیمہ نے چند روز تک علاج کیا تو افاقہ نہ ہوا۔ ہسپتال میں ڈیوٹی پر موجود نرس نے ایک نسخہ بتایا کہ اسے گھر لے جاؤ اور آکاش بیل کو لیکر ایک تیلے میں ڈال کر بال لوار اس کے بستر کے نیچے مٹی کے تیل کا چولہا رکھ کر اس کا ڈھکنا اتار دو اور ٹانگوں والی جگہ سے گدا بھی ہٹا دو اس طرح اسے بھانپ دو اور زیتون کے تیل کی مالش کرو اس طرح ایک دفعہ کرنے سے آرام آگیا اور پھر درد بھی نہیں ہوا۔

لیموں کے فوائد

(توصیف اسلم)

لیموں ایسا پھل جس کے بے پناہ فوائد ہیں۔

(۱) اگر لیموں کو صبح نہار پیٹ گرم پانی میں نیچو کر پیئیں تو نہ صرف جسم کی زائد چربی زائل ہو جاتی ہے۔ بلکہ معدہ بھی صاف ہو جاتا ہے۔ (۲) لیموں میں گلیسرین ملا کر روزانہ چہرہ پر لگانے سے نہ صرف جلد صاف اور چمکدار ہو جاتی ہے۔ بلکہ عرق گلاب ملانے سے چہرہ پر نکھر رہی آجاتا ہے (۳) لیموں کو پانی میں ڈال کر نہانے سے تازگی کا احساس ہوتا ہے۔

(۴) لیموں کا رس بالوں میں لگانے سے بال چمکدار ہوتے ہیں۔ (۵) لیموں کو گرم پانی میں ملا کر پینے سے زکام میں افاقہ ہوتا ہے۔ (۶) لیموں کا شربت نہ صرف خون پتلا کرتا ہے بلکہ برسات میں اس کا استعمال فائدے مند ہوتا ہے۔ (۷) لیموں کو سلاد پر چھڑکنے سے وہ زیادہ دیر تک تازہ رہتا ہے۔ (۸) لیموں کو سر کے کی جگہ سالن میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

فیوض العمليات

(تصور حسن تفتشندی ضلع وہاڑی)

آج کل زیادہ تر گھرانوں میں میاں بیوی کے جھگڑے، نا فرمان اولاد کا، مسئلہ ساس بہو کا جھگڑا، الغرض تقریباً ہر گھر اس چیز کی لپیٹ میں ہے آج کا مضمون خصوصی طور پر ان ماؤں بہنوں کے لیے ہے۔ جوان مسئلوں سے پریشان ہیں۔ اور عاملوں کے پاس چکر لگا کر تھک چکی ہیں۔ تھوڑی سی محنت کر کے خود اپنا کام کر سکتی ہیں۔ عملیات میں کامیابی کے لیے جو چیز سب سے زیادہ ضروری ہے وہ چیز انتہائی یکسوئی اور کامل یقین ہے۔ اور آج کل کے دور میں یہ چیز نہایت کم ہے۔ اس وجہ سے عملیات اپنے سونی صدا اثرات نہیں دکھاتے ورنہ قرآنی آیات یا بزرگان دین کے بتائے ہوئے عملیات سے کسے انکار ہو سکتا ہے۔ آج کی محفل میں جو عملیات لکھ رہا ہوں وہ انتہائی مجرب ہیں۔ اور کئی بار اپنا اثر دکھا چکے ہیں۔

(۱) اگر کوئی شوہر اپنی بیوی پر ظلم کرتا ہو یا اس کے حقوق ادا کرنے میں کوتاہی برتتا ہو تو یہ عمل خب کریں انشاء اللہ فرمانبردار بن جائے گا۔

طریقہ: دو بادام لیں اور بعد نماز عشاء وضو کر کے دو بادام منہ کے اندر زبان کے اوپر رکھیں اور شوہر کا تصور کرتے ہوئے معنی بھی ذہن میں رکھیں۔ یہ آیت نمبر 500 بار پڑھیں جب 100 بار پڑھ لیں تو بادام منہ سے نکالیں اور دم کر دیں۔ اس طرح 500 بار پڑھیں اور پانچ بار دم کریں۔ اور پھر یہ بادام کسی کاغذ میں رکھ کر محفوظ کر لیں۔ روزانہ 5 دن تک دم کریں اور پھر کسی طرح شوہر کو کھلا دیں۔ خیال رہے کہ یہ بادام کسی گرم چیز میں ڈال کر نہ کھلائیں اور نہ ہی یہ دم کیا

ہو بادام آگ کے قریب رکھیں۔ اور پڑھتے وقت جب بادام منہ میں ہو گئے تو اس کے بعد جب منہ سے نکالیں تو لعاب ذہن صاف نہ کریں۔ آیت یہ ہے۔

(وَالْقَيْئُ عَلَيْكَ مَحَبَّةً مِنِّي وَلِتُصْنَعَ عَلَىٰ عَيْنِي) (سورہ طہ پارہ نمبر 16)

ترجمہ: ”اور ہم نے آپ (موسیٰ) پر اپنی محبت کا سایہ کر دیا تاکہ آپ خاص ہماری نگرانی میں رہیں۔“ یہ ترجمہ ذہن میں رکھیں اور وقت ایک ہی رکھیں۔

(۲) یہ دوسرا عمل بھی میرا مجرب ہے اور ذاتی استعمال میں بھی ہے۔ اسلامی ماہ کی پہلی جمعرات کو 1000 بار یہ نیت زکوٰۃ اس عمل کو پڑھیں۔ زکوٰۃ ادا ہو جائے گی۔ اور پھر روزانہ بعد نماز عشاء 41 بار پڑھیں ہمیشہ عمل قابو میں رہے گا۔ بعد ازاں جب بھی ضرورت ہو 41 بار پڑھ کر کھلائیں اس طرح 5 سے 7 دن تک دم کر کے کھلائیں۔ انشاء اللہ سونی صد کام ہوگا۔ عمل یہ ہے۔

(اللَّهُمَّ يَا مُسَخِّرَ مَنْ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ سَخِّرْ لِي اللَّهُمَّ أَلْفِ مُحِبَّتِي فِي قَلْبِهِ اجْعَلْهُ عَلَيَّ رِءُوفًا مُّجِبًّا رَحِيمًا بِحَقِّي يَا اللَّهُ يَا رَحْمَنًا يَا رَحِيمًا مُّجِبًّا عَلَيَّ عَلَيَّ مُّجِبًّا عَلَى الْمَحْبُوبِ حُبًّا كَانَ حُبًّا أَجِبْ يَا رَبِّ جِبْرَائِيلُ يَا رَبِّ ذُرِّيَّاتِي يَا رَبِّ رَفَعَائِلُ)

(۳) گھریلو جھگڑوں کو ختم کرنے کے لیے آپ جمعرات یا جمعہ کے دن سورج نکلنے کے فوراً بعد سورۃ نساء لکھیں اور پھر سات بار پڑھ کر دم کریں۔ اور پھر یہ سورۃ پانی میں گھول کر پانی سارے گھر والوں کو پلائیں انشاء اللہ چند ہی دنوں کے بعد جھگڑے ختم ہو جائیں اور سکون ہو جائے گا انشاء اللہ تعالیٰ۔ یہ عمل پھر بھی کر سکتے ہیں۔ یعنی تین بار کر لیں مجرب ہے۔

(۴) یہ عمل محبت زوجین کے لیے ایک بہترین تحفہ ہے۔ طالب اور مطلوب (میاں بیوی) کی تصاویر لیکر جوڑ کر دیں۔ اور ان کو سامنے رکھ کر اولاً خر 11 بار درود پاک ابراہیمی اور

درمیان میں بہ نیت محبت پیدا کرنے کے ایک تسبیح (بِسْمِ اللّٰهِ الْوَاسِعِ جَلَّ جَلَالُهُ) پڑھ کر دم کر دیں اور سائل کو دیں۔ تاکہ وہ روزانہ رات کو سوتے وقت اپنے سر ہانے کے نیچے رکھ کر سوئے اور روزانہ اس کا رخ تبدیل کرے جب تک مقصد حاصل نہ ہو انشاء اللہ 11 یا 21 روز تک مقصد حاصل ہو جائے گا۔ یہ عمل مجرب الحرج ہے۔ کامل یقین کے ساتھ جائز مقصد میں استعمال کریں۔ انشاء اللہ ضرور بالضرور فائدہ نہ ہوگا۔ باقی اللہ آپ کا حامی و ناصر ہو۔

انسانی عمر کو گھٹانے والے اسباب

(عبدالصبور۔۔۔ حاصل پور)

(۱) ضرورت سے زیادہ خوراک کھانا یا ضرورت سے بہت کم (۲) زیادہ مرغن اور ثقیل چیزیں کھانا اور بالکل نا کارہ چیزیں کھانا (۳) زیادہ گرم یا زیادہ ٹھنڈی چیزیں کھانا (۴) بہت جلد غذا کھانا (۵) زیادہ گوشت خوری کرنا (۶) گرم مصالحہ، مرچ، تلی ہوئی چیزیں کھانا (۷) زیادہ میدہ نشاستہ، سفید چینی اور برف کا استعمال (۸) کھن، دودھ، لسی تازہ پھل اور ہری سبزیات بالکل کم کھانا (۹) زیادہ بازاری چیزیں کھانا (۱۰) شراب، افیون، بھنگ، چرس، تمباکو، چائے وغیرہ کا استعمال (۱۱) ضرورت سے زیادہ جسمانی اور دماغی محنت کر کے جسم اور دماغ کو زیادہ تکلیف دینا اور آرام نہ کرنا (۱۲) کامل اور نکلے رہ کر جسم موٹا کرنا (۱۳) کوئی مضمر صحت پیشہ اختیار کرنا (۱۴) ضرورت سے زیادہ ورزش کرنا یا بالکل نہ کرنا (۱۵) بہت زیادہ نیند لینا یا بہت کم (۱۶) بالکل بند کرے میں سونا (۱۷) ناک سے سانس نہ لیکر منہ کے ذریعے سانس لینا (۱۸) گندے ماحول اور خراب آب و ہوا میں رہنا یہ چیزیں انسانی عمر کو گھٹا دیتی ہیں۔

اولاد د نرینہ

(ہارون بٹ۔۔۔ غازی روڈ لاہور)

محترم جناب حکیم صاحب آپ کا رسالہ ماہانہ عبقری ماہ مارچ نظر سے گزرا۔ اسمیں صفحہ نمبر 19 پر آپ کا فرمان جو آپ نے قارئین کو مخاطب کرتے ہوئے فرمایا ہے۔ اس کے مطابق لف شدہ تحریر ارسال ہے۔ میرے ایسا کرنے میں صرف اور صرف خدا کی مخلوق کی بھلائی اور آسانی مد نظر ہے۔ مجھے امید ہے کہ آپ اسی سوچ کے مد نظر یہ تحریر اپنے ماہنامہ میں چھپوائیں گے۔ شاید کسی ضرورت مند، غریب جو قیمتی ادویات خرید نہیں سکتا اس تحریر سے مفت میں یا چند سکون کی بدولت مستفید ہو سکے۔

اولاد نرینہ ہر مہینہ بیوی کی خواہش اور ضرورت ہے۔

(۱) ایک بزرگ شخص نے بتایا کہ اس کی شادی کے بعد ان کے ہاں یکے بعد دیگرے دو بیٹیاں پیدا ہونے پر انہوں نے ایک حکیم سے رابطہ کیا۔ حکیم صاحب نے ان کو ذیل ادویات اور ان کے استعمال کا طریقہ تجویز فرمایا۔ ادویات ہمدرد دواخانہ کی استعمال کریں ہمدرد کی نہ ملنے کی صورت کسی اور دواخانہ کی متبادل دوائی استعمال کی جاسکتی ہے۔

(i) صبح نہار منہ یا ناشتہ کے 2 گھنٹے بعد مجون کلاں 4 ماشے اور کشتہ قلعی 2 تیکے

(ii) رات کھانے کے 2 گھنٹے بعد مجون مغفل 4 ماشے اور کشتہ ثلث 2 تیکے

(iii) صبح شام ”رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِينَ“ کا ورد 100 بار 10 بار درود شریف اول آخر۔ بزرگ موصوف فرماتے ہیں۔ کہ مندرجہ بالا ادویات کے استعمال کے بعد اللہ کریم نے ان کو یکے بعد دیگرے پانچ بیٹے عطا فرمائے۔ ماشاء اللہ

(2) پاک و ہند میں ایک بہت بڑے حکیم گزرے ہیں۔ ان کا نام اولاد نرینہ کے علاج کے حوالے سے بڑا مشہور ہے۔ وہ اپنی ”بیاض“ میں لکھتے ہیں کہ ان کے مشاہدہ میں ایسے نسخے آئے ہیں۔ جن کو پچھلے 90 سال سے استعمال کیا جا رہا ہے۔ اور ان کی کامیابی نوے فی صدی ہے۔

(i) قلب الحرج اصلی ایک تولہ۔ طباشیر ایک ماشہ پیس کو میوز منقی میں رکھ کر ایک گولی بنالیں۔ حمل کی حالت میں ہر ماہ کے شروع میں دس دن روزانہ ایک گولی صبح نہار منہ دودھ کے ساتھ عورت استعمال کرے اور آخر حمل تک اسی طرح دس دن ہر ماہ کھاتی رہے۔

(ii) کلونجی ایک تولہ۔ فلفل سیاہ ایک تولہ۔ زعفران ایک تولہ۔ چھٹھ ایک تولہ باریک پیس کر ایک رتی کی گولی بنالیں۔ اور حمل کے شروع میں ہر ماہ دس دن تک ایک گولی روزانہ دودھ کے ساتھ نہار منہ کھائیں۔ اور اس دس دن میں خاوند سے پرہیز رکھیں۔ پھر بیس دن ناغہ کریں۔ پھر دس دن کھائیں۔ خاوند سے دس دن پرہیز۔ حمل تک اسی طرح کرتے رہیں۔ انشاء اللہ مراد برائے گی۔

(3) علاج بذریعہ ایکوپریشر کی کتاب ”آپ کی صحت آپ کے ہاتھ“ میں لکھا ہے۔

(۱) حمل ٹھہرانے کے لیے زیادہ مواقع پیدا کرنے کے لیے

ایک انجیر اور ایک چھوڑ لیں۔ ان کے ٹکڑے کر کے شام کو ایک کپ پانی میں بھگو دیں۔ اگلے روز صبح کپ کا پانی پی لیں۔ انجیر اور چھوڑے کے ٹکڑے لھالیں۔ اور مصری، الائچی ملائیم گرم دودھ پی لیں۔ یہ عمل 2 یا 3 ماہ کریں۔ میاں بیوی دونوں کر سکتے ہیں اس سے مادہ منویہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ جس سے حمل کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

(۲) اولاد نرینہ کے لیے :

(i) جس دن ماہواری آئے۔ اسے پہلا دن شمار کریں۔

(ii) دہائی کے دنوں یعنی 12-10-6-4 یا 14 دنیں

دن حمل کے لیے صحت کریں۔ صحت کرنے سے قبل شوہر اپنی بائیں کروٹ بیوی کے سامنے لیٹے۔ پندرہ منٹ بعد شوہر کے دائیں نٹھے سے سانس چلنے لگے۔ تب ملاپ کریں۔

گناہ چھوڑنے کا مجرب عمل

(بھانجی حکیم ملک بشیر احمد۔۔۔ چھنی ریانہ)

گناہوں کو چھوڑنے کا ایک عجیب نسخہ حضرت مولانا اشرف علی تھانویؒ نے بتایا۔ رات کو سونے سے پہلے کمرے کا دروازہ بند کر کے دو رکعت نفل پڑھ کر اللہ سے یوں کہے: اے اللہ میں بڑا کم بخت ہوں نالائق ہوں۔ احق ہوں۔ سخت گناہگار ہوں۔ ان گناہوں کو ترک کرنے میں میری ہمت کافی نہیں آپ ہی مدد فرمائیں۔ یہ ترکیب کر کے دیکھو انشاء اللہ ایک ہفتے میں سب گناہ چھوڑ بیٹھو گے۔

جنوں اور شیاطین سے حفاظت

کے طریقے

(سنبل مرینہ۔۔۔ فیصل آباد)

جنات بھی اللہ تعالیٰ کی مخلوق ہیں۔ جنات کی مخلوق کو جھٹلانا ناممکن ہے اگر ہم یہ بات ذہن میں بٹھالیں کہ یہ بھی ایک مخلوق ہے جس طرح اللہ تعالیٰ نے ہمیں پیدا کیا ہے۔ اسی طرح انہیں بھی تخلیق کیا ہے۔ تو یقین جالیے اس سوچ کے ساتھ دل کا آدھا ڈر خود بخود ختم ہو جائے گا۔ اس کے بعد ایک اور کام یہ کریں کہ پانچ وقت کی نماز کی پابندی کے ساتھ ادا کرنے کے ساتھ ساتھ صبح و شام کے اذکار بھی ضرور پڑھیں ان کو کسی قیمت نہ چھوڑیے کیونکہ قرآن پاک میں آتا ہے۔

وَ اذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ بُكْرَةً وَّ اَصِيلاً

(سورۃ الدھر: ۲۵) ترجمہ: ”اور اپنے رب کے نام کا ذکر صبح

شام لیجئے۔“ (بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

جنسی زندگی اور صحت مند مردوں کی عادات

(مسعود احمد برکاتی)

کچھ ہیں اور آپ کے وجود کے اور بھی کئی پہلو ہیں۔ آپ زندگی کے مختلف شعبوں میں ہم آہنگی اور مفاہمت پیدا کر کے ہی پرسکون، خوش حال اور کامیاب زندگی کا خواب دیکھ سکتے ہیں۔ جس کے پیچھے ہاتھ دھو کر پڑنے سے آپ کو عدم توازن کے علاوہ کچھ حاصل نہ ہوگا۔ جنسی لذت کو مقصود بنانا ہی خرابی کی اصل جڑ ہے۔ پرسکون اور متوازن زندگی کو اپنا آئیڈیل بنائیے اور لذت پرستی کے خیالات کو پاس نہ آنے دیجیے۔ مشغول زندگی گزارئیے، تعمیری کاموں اور پاکیزہ جذبات کو اپنا نصب العین بنالیجیے۔ جنسی تناؤ ان کے تیز دھارے میں از خود بہ جائے گا۔

نسیان کے لیے مجرب نسخہ جات

اجزاء و ترکیب ساخت:- سنوف برہمی ۱۰ تولہ۔
روغن زرد ۴۰ تولہ۔ مغز خیارین ایک تولہ۔ مغز کدو ایک تولہ۔ مغز بادام ایک تولہ۔ مال کنگنی ۵ تولہ۔ الائچی سفید ۲ تولہ۔ بوٹی سنکھا ہولی ڈھائی تولہ۔ ستارہ ۲ تولہ۔ مغز خر بوزہ ایک تولہ۔ مغز بوز ایک تولہ۔ ست گلو ایک تولہ۔ مصری ۲ تولہ۔ اول سنوف برہمی کو آدھ سیر پانی میں ڈال کر خوب جوش دیں۔ نصف رہ جانے پر گھی داخل کر کے پانی خشک کر لیں۔ بعد ازاں باقی تمام اشیاء ملا کر خوب گھوٹیں تیار ہے۔
فوائد:- حافظہ کو قوت دیتی ہے۔ یادداشت میں اس قدر معتد بہ فائدہ کرتی ہے کہ عقل حیران ہو جاتی ہے ایک دفعہ کا پڑھا ہوا مدتوں نہیں بھولتا۔ اعلیٰ درجہ کی مقوی دماغ و دافع نسیان دوا ہے۔
ترکیب استعمال:- ایک سے ۲ تولہ ہمراہ دودھ روزانہ صبح۔

اسوار عجیبہ

اجزاء و ترکیب ساخت:- مال کنگنی ۲ تولہ۔ دار فلفل ۳ تولہ۔ خرفہ ۲ تولہ۔ روغن گاؤ۔ ۸ تولہ شہد۔ چند میں سجون بنالیں۔
فوائد:- اعلیٰ درجہ کی مقوی دماغ۔ دافع نسیان مقوی حافظہ اور مقوی دماغ ہے۔
ترکیب استعمال:- خوراک ۳ ماشہ روزانہ ہمراہ دودھ۔
(بحوالہ: حیرت انگیز حافظہ ممکن نہیں، صفحہ نمبر ۱۱)

انسان اپنے حالات، اپنی افتاد طبع، عادات، خاندانی روایات، معاشی ذرائع اور معاشرتی مرتبے پر غور کرتا ہے، اپنی طبیعت کا جائزہ لیتا ہے اور دوستوں، ساتھیوں کی رفتار کا مطالعہ کرتا ہے اور قدم قدم پر بہتے ہوئے جنسی سیلاب پر بار بار نگاہ حیرت ڈالتا ہے اور پلٹ پلٹ کر ماحول سے اپنا مقابلہ کرتا ہے لیکن جنسی تلذذ کی خیالی جنت ہر بار اس کا دامن پکڑ کر کھینچ لیتی ہے اور ”پرانے طریقے“ کی طرف واپس ہونے سے روک لیتی ہے۔ ایک حقیقت پسندانہ جائزہ ہمیں اس نتیجے پر پہنچاتا ہے کہ جنسیت کی یہ عمومیت اور انسانی دل و دماغ پر جس کا یہ گہرا جنسی تشنگی یا زیادہ صحیح الفاظ میں جنسی تناؤ میں نہ صرف خوش حال اور کھاتے پیتے لوگوں کو بلکہ معاشی کشمکش میں ناکام رہنے والوں کو بھی گھیرے ہوئے ہیں اور بے لطفی و بے چینی ان کی زندگی کا ایک جزو بن گئی ہے۔ بظاہر ایک کامیاب ازدواجی زندگی اور ایک پسندیدہ شریک حیات کے باوجود، جنسی تناؤ کی شدت میں کمی کے بجائے زیادتی ہوتی جاتی ہے۔ جنسی جذبات کی تسکین اور شریک حیات سے غیر منقطع تعلقات کے باوجود جذبات کا طوفان اٹھا چلا آتا ہے۔ اعصابی تناؤ میں توفیقی طور پر کمی ہو جاتی ہے، لیکن ہمارے جنسی وجود سے آنے والی ”ہل سن مزید“ کی صدا میں کوئی فرق پیدا نہیں ہوتا، بلکہ عام زبان میں جوش اور اشتعال میں اضافہ ہوتا جاتا ہے۔ کیا اس کا کوئی حل نہیں ہے یا ذہنی و عملی بے راہ روی ہی اس کا واحد حل ہے؟ میرا جواب یہ ہے کہ اگر آپ ذرا سکون سے اپنے جہان کا جائزہ لیں اور موجودہ صنعتی و تمدنی ترقی سے اپنے ذہن کو ہم آہنگ کرنے کی کوشش کریں تو جنسی تناؤ کا مقابلہ ناممکن نہیں ہے۔ یہ تناؤ دراصل موجودہ دور کی ذہنی ناہمواری کا ایک حصہ ہے۔ خیالی ہیولا بنانا چھوڑ دیجیے۔ اپنی جنسی حس کو شاعرانہ آئیڈیل پیدا کرنے کی اجازت نہ دیجیے۔

سوسائٹی میں اپنی حیثیت کی صحیح تشخیص کیجئے اور اس سے اپنا رشتہ مستقل بنیادوں پر استوار کرنے کی کوشش کیجئے۔ غور کرنے سے سب سے اہم بات یہ ہے کہ آپ اول و آخر جنسی وجود (Sexual Being) ہی نہیں ہیں اور بھی

جنسی زندگی میں جنسی تناؤ ایک ایسی کیفیت ہے جو موجودہ ماحول میں ننانوے فی صد صحت مند لوگوں میں ازدواجی زندگی گزارنے کے باوجود پائی جاتی ہے۔ یہاں صحت مند لوگوں کے الفاظ جان بوجھ کر استعمال کیے گئے ہیں اور نوجوان کے لفظ سے دانستہ احتراز کیا گیا ہے، اس لیے کہ وہ کیفیت جس کو میں جنسی تناؤ سے تعبیر کر رہا ہوں، صرف نوجوانوں ہی تک محدود نہیں ہے، بلکہ ادھیڑ اور بعض صورتوں میں بوڑھوں کو بھی اپنی گرفت میں لیے ہوئے ہیں۔ تمدنی ترقی اور تعلیم کے عام ہونے کے علاوہ صنعتی میدان میں آگے بڑھنے کی دوڑ نے جہاں انسان کے دوسرے جذبات کو تدریجاً پیچیدگیوں میں مبتلا کر دیا ہے وہاں جنسی ہیجان کو بھی ہدف تجارت بنا کر رکھ دیا ہے۔ تفریح کے تمام ذریعوں اور مشغلوں سے لیکر صنعتی پیداوار کا تعارف اور تجارتی اشیاء کی تشہیر تک کیا چیز ہے جو ”یکس اپیل“ سے خالی ہونے پر کامیابی کی ضامن ہو سکتی ہو! اگر آپ تعیشات (LUXURIES) میں جنسی اپیل کی بازی گری ضروری سمجھتے ہیں یا تیل، صابن، کنگھا، پوڈر اور لپ اسٹک جیسی چیزوں کے اشتہار کے لیے نسوانی پیکر کی نمائش کو جذب دل کا ذریعہ سمجھتے ہیں تو شاید جواز کا ایک پہلو بھی اس کے لیے موجود ہے۔ لیکن سگریٹ کے اشتہار میں بھی جس کا استعمال کم سے کم ہمارے ملک میں عام طور پر مردوں ہی تک محدود ہو، جب آپ کو عورت کی انگلیاں نظر آتی ہیں تو سوائے جنسی ہیجان کو تجارتی آلہ کار بنانے کے اور کون سا مقصد پیش نظر ہو سکتا ہے؟ یہی وہ ماحول ہے جس نے آپ کو چاروں جانب سے گھیر رکھا ہے۔ اور جو نئے نئے قدرتی اور نقلی نمونوں کے ذریعے سے جنسی آئیڈیل آپ کے ذہن میں پیدا کرتے رہنے کا سبب ہے۔ جب جنس کی یہ ہمہ گیری اور رنگا رنگی نئے نئے روپ میں قدم قدم پر آپ کے سامنے آتی ہے تو عقل سلیم اور سلامت روی دونوں بیک وقت اپنے ہاتھوں سے دامن چھوڑنے پر مجبور ہو جاتی ہے۔ وہ تصورات اور وہ قدریں، جو اخلاقی رکھ رکھاؤ، عصمت و عفت اور شرم و لطافت کی طرح فطرت ثانیہ کا درجہ رکھتی ہیں، نوجوان اور بعض بزرگ بھی ان سے بے وفائی کے بہانے ڈھونڈنے لگتے ہیں۔

کھلانے اور پلانے والی مسنون دعا کا شکریہ

گزشتہ سال ہمارے ایک صاحب ثروت بزرگ دوست کا ایک مختصر بیماری کے بعد انتقال ہوا، وہ بڑے ہی علم دوست اور دین پسند تھے، اللہ نے انہیں ہر طرح سے نوازا تھا۔ کسی چیز کی ان کے یہاں کمی نہیں تھی، خود بھی ہمیشہ اچھا کھاتے، اس سے اچھا اور عمدہ دوسروں کو کھلاتے۔ گزشتہ سال حج سے واپس آئے اور گھر پہنچ کر ایسے بیمار پڑے کہ اسی بیماری میں چند ہفتوں کے بعد ان کا انتقال ہو گیا۔ وفات سے کچھ دنوں قبل میں ان کی عیادت کے لیے ان کے گھر گیا۔ بیماری کی جس حالت و کیفیت میں ان کو میں نے پایا اس سے میری طبیعت ہی سمجھ گئی۔ جس بیماری میں وہ مبتلا تھے اس میں ڈاکٹروں کے مطابق ان کو کھانے پینے سے الرجک اور چڑ ہو جاتی تھی، اس حالت میں کسی کھانے پینے والی چیز کو وہ اپنے قریب بھی نہیں آنے دیتے تھے۔ ان کے گھر والوں سے معلوم ہوا کہ کئی دن سے ان کو ایک گلاس دودھ پلانا مشکل ہو رہا ہے جب کہ ہر طرح کے پھل ان کے بیڈروم میں لائے جا رہے تھے۔ گھر والے وقفہ وقفہ سے ٹھنڈی گرم، نمکین، پھینکی اور میٹھی چیزیں ان کو دے رہے تھے لیکن وہ تھے کہ چھوٹے بچے کی طرح مسلسل انکار ہی کر رہے تھے۔

ان کی یہ حالت دیکھ کر مجھے یاد آیا کہ اللہ کے رسول ﷺ نے صرف کھانا دینے پر اللہ کے شکر پر اکتفا نہیں کیا ہے، بلکہ کھلانے اور منہ سے پیٹ میں پہنچانے پر الگ سے شکر ادا کرنے کا حکم دیا ہے، مان لیجئے کہ اللہ نے دینے کو تو سب کچھ دیا لیکن منہ کھانے کے لیے نہیں کھلتا لقمہ چبایا نہیں جاسکتا، ہاضمہ اس کو قبول نہیں کرتا تو ایسے قسمہ قسم کے کھانوں کا کیا حاصل اور اس کے موجود ہونے کا کیا فائدہ، معلوم ہوا کہ رزق و غذا اور ماکولات و مشروبات (بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

تنبیہ: ماہنامہ ”عقرب“ فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے فرقہ وارانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

چنانچہ اس کی بد عنوانی اور غیر ذمہ داری نے اپنا آپ دکھایا اور اسے چھ ہی ماہ کے بعد نوکری سے برطرف کر دیا گیا۔ اب ماسی ریشم نے کوہ چور والی زمین میں سے کچھ حصہ فروخت کر دیا اور کوٹلی بہرام کے موڑ پر سڑک کے کنارے اپنے ایک کمرشل پلاٹ پر آٹھ دکانیں تعمیر کر ڈالیں۔ ان میں سے دو میں عامر نے سٹیشنری اور جنرل سٹور بنالیا۔ تجارتی نقطہ نگاہ سے دکانیں بڑے ہی اچھے ٹھکانے پر تھیں جہاں مستقبل میں کاروبار چکنے کے امکانات بہت روشن تھے۔ باقی دو دکانیں کرائے پر دے دی گئیں اور عامر کی شادی کر دی گئی۔ اسے عامر کی خوش قسمتی ہی سے تعبیر کرنا چاہئے کہ اس کی بیوی ایک تربیت یافتہ ملازمت پیش رس تھی۔ وہ سنگھڑ اور بھد دار بھی تھی، لیکن عامر نے گویا قسم کھا رکھی تھی کہ وہ عقل سے کام نہیں لے گا اور ہر معاملے میں چھچھوڑے پن کا مظاہرہ کرے گا، چنانچہ اس نے ارد گرد کے گزرا سکولوں کی استانیوں سے خاص اپنائیت کا تعلق قائم کر لیا اور انہیں دل کھول کر اسٹیشنری کا سامان ادھار پر دیتا رہا۔ وہ تھے تحائف دینے میں بھی بڑا فراخ دل واقع ہوا تھا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ اس کی دکانداری بڑی ہی مشکوک سے ایک سال تک چلی، سرمایہ ختم ہو گیا اور اسے کاروبار کا سلسلہ معطل کرنا پڑا، تاہم وہ چنداں پریشاں نہ تھا۔ گھر کا نظام دکانوں کے کرائے اور بیوی کی نوکری کے سہارے چل رہا تھا۔ مکمل فراغت کا فیضان عامر کو یہ حاصل ہوا کہ وہ یکے بعد دیگرے سات بیٹیوں کا باپ بن گیا۔ ماسی ریشم اور بہن رشیداں نے سر توڑ کوشش کی، مختلف مقبروں پر بار بار حاضر ہوئیں، چادریں چڑھائیں، منیں، مائیں، لیکن کسی بزرگ نے بھی مداخلت نہ کی اور عامر کو ایک بھی بیٹا نہ ملا۔ حد یہ ہوئی کہ اس دوران میں ماسی ریشم نے حج بھی کر لیا۔ ظاہر ہے کہ وہاں بھی اس نے سب سے زیادہ دعائیں عامر کے بیٹے کے لیے کی ہوں گی لیکن انفسو بیل منڈھے نہ چڑھی اور ساتویں بیٹی کے بعد وہ مایوس ہو کر کویت چلا گیا۔ بد نصیبی کویت میں بھی عامر کے ہم رکاب رہی۔ اسے وہاں گئے ہوئے زیادہ دیر نہیں گزری تھی کہ ایک روز وہ ٹریفک کے ایک حادثے کا شکار ہو گیا۔ سڑک عبور کر رہا تھا کہ ایک تیز رفتار کار نے اسے ٹکرا دیا۔ اس کی دونوں ٹانگیں کئی جگہ سے ٹوٹ گئیں۔ باقی جسم پر بھی شدید چوٹیں آئیں اور وہ کئی دن تک ہسپتال میں بے ہوش پڑا رہا۔ جان تو اس کی بچ گئی، مگر تقریباً دو سال تک وہ ہسپتال میں زیر علاج رہا اور جب بیساکھوں کے سہارے چلنے کے قابل ہوا تو پاکستان آ گیا۔ میں اس کی مزاج پرسی کے لئے چلا گیا، بڑی قابل رحم تھی حالت اس کی۔ اس کی بوڑھی نانی اسے اس حال میں نہ دیکھ سکی اور ایک روز یکا یک دم توڑ گئی۔ پتہ چلا کہ اس کے دماغ کی شاہ رگ پھٹ گئی۔ یہ بڑی عبرت ناک بات ہے کہ میں نے ماسی ریشم اور رشیداں بی بی کے خاندان میں کبھی بھی سکون نہیں دیکھا۔ وہ ہمیشہ مسائل، مصائب اور امراض میں مبتلا نظر آئیں اور اس کا سبب میرے نزدیک دونوں ماں بیٹی کی بداخلاقی، تکبر اور غیر حقیقت پسندانہ اسلوب حیات تھا۔ دکھ اور پریشانیوں پر بارش کی طرح برتی رہیں۔ ایک بار پتہ چلا کہ بہن رشیداں کو سر پر شدید چوٹ لگی ہے اور وہ اپنے حواس کھو بیٹھی ہے۔ میں اس کی عیادت کے لئے گیا۔ وہ چار پائی پر گم صدمہ بیٹھی تھی اور برہنہ فاضل گھور رہی تھی۔ میں اس کے قریب بیٹھ گیا، اس نے مجھے نہیں پہچانا۔ سر کی چوٹ نے اس کی یادداشت پر گہرا اثر ڈالا تھا۔

عامر نے بتایا کہ چند روز پہلے وہ پڑوسیوں کے ہاں صحن میں بیٹھی تھی۔ ان پڑوسیوں کے ہاں جن کی مدد سے اس نے اپنے خاوند کی پٹائی کرائی تھی کہ تیز ہوا چلنے سے چھت سے لکڑی کا ایک تختہ لڑھکا اور رشیداں بی بی کے سر پر آگرا جس سے وہ بے ہوش ہو گئی اور کئی گھنٹوں کے علاج کے بعد ہوش میں آئی تو اس کا حافظہ جواب دے گیا تھا۔ ڈھائی تین سال اسی حالت میں مبتلا رہ کر وہ وفات پا گئی۔ میں تعزیت کے لئے گیا تو عامر نے بتایا کہ میں نے یہاں کی ساری جائیداد دکانیں اور مکان بیچ کر اسلام آباد منتقل ہونے کا پروگرام بنالیا ہے۔ اس نے دکھ اور نفرت کے احساس سے کہا۔ یہ جگہ انسانوں کے رہنے کی نہیں ہے، زندگی کی کوئی سہولت بھی تو حاصل نہیں ہے یہاں میں چاہتا ہوں کہ میری بیٹیاں اعلیٰ ترین تعلیم حاصل کریں اور آزادی کے ماحول میں زندگی گزاریں۔

”لیکن سات بیٹیوں کے ساتھ اپنے آپ کو اسلام آباد کے اجنبی ماحول میں کیسے ایڈجسٹ کریں گے۔ یہاں آپ کی برادری ہے، خاندان ہے، حلقہ تعارف ہے۔ وہاں یہ سہولتیں میسر نہیں آئیں گی۔ وہاں آپ کو رشتوں کے حوالے سے مسائل کا سامنا کرنا پڑے گا۔“ میں نے اس کے منصوبے سے اختلاف کیا۔ مجھے اس کی پروا نہیں۔ عامر کہنے لگا ”لو کیا اس پڑھ لکھ کر عملی زندگی میں آئیں گی تو خود ہی مسائل کو حل کر لیں گی۔ میں انگلی پکڑ کر سب تک ان کی راہنمائی کروں گا“ اور پھر وہاں امام بری کا مزار بھی تو ہے، وہ امام صاحب سے بڑی درگاہ ہے۔“ اور عامر نے واقعی ایسا کر دکھایا۔ اس نے دکانیں، پلاٹ، زمین سب کچھ بیچ دیا اور اسلام آباد چلا گیا۔ پتہ نہیں وہاں کس حال میں ہے؟ یوں لگتا ہے کہ جس طرح ماسی ریشم اور رشیداں کی قسمت سے انہیں کبھی سکھ کا سانس لینا نصیب نہ ہوا تھا، اسی طرح عامر کا مقدر ان جوتوں سے بندھ گیا ہے جو اس نے اپنے باپ کے سر پر مارے تھے۔ ایسا لگتا ہے یہ جو تے اسے در بدر کی ٹھوکرین کھانے پر مجبور کرتے رہیں گے اور وہ ساری عمر ذلت و رسوائی کی جانب اپنا سفر جاری رکھے گا۔

(بقیہ: اپنے جیون ساتھی کو چھاننے اور پریشان کرنے والی باتیں)

لیکن اصل میں وہ غیر ضروری نکلیں، بہت سے کام ایسے ہوں گے جنہیں آپ اپنے شوہر یا اپنے رکھائے کار کے ساتھ بانٹ سکتے ہیں اور بہت سے کام ایسے ہیں جنہیں آپ کی چاک کوئی دوسرا بھی انجام دے۔ لہذا ان کی صورت پر اثر نہیں پڑے گا۔ گھر کی ذمہ داریوں کو اپنے منہ میں خصوصی طور پر اٹھایا اور انصاف پسندی سے کام لیجئے۔ اکثر گھر کے کام زیادہ تر جو بیوی پڑا دیا جاتا ہے۔ کہ وہ گھر کو بھی چلائے، بچوں کو بھی پالے اور اس کے ساتھ ساتھ اپنے پیشہ ورانہ فرائض بھی انجام دے۔ ہمارے خیال میں یہ زیادتی ہے۔ گھر کے بھی بہت سے کام ایسے ہیں جن میں میاں کا تعاون بیوی کو غیر ضروری انجنوں سے نجات دلا سکتا ہے۔ تان پھروں، آکر ٹوٹی ہیں کہ جب تک میاں بیوی ایک دوسرے کا سہارا بنیں، ان کے تعلقات کی صحت کی کوئی ضمانت نہیں دی سکتی۔ اپنی ذمہ داریوں کا از سر نو تجربہ کرنے اور غیر ضروری مصروفیات سے نجات حاصل کر کے ان پر اپنے دلالت دیگر ذمہ داریوں کو دینے سے آپ اپنی زندگی کو پہلے سے زیادہ آسان اور ہموار بنا سکتے ہیں۔

ایک دوسرے کے لئے وقت نکالنے:۔ اس مضمون میں ہم نے یہ بات بار بار دہرائی ہے اور ہمارا خیال ہے کہ اس کی اہمیت پر جتنا بھی زور دیا جائے کم ہے۔ میاں بیوی کتنے ہی معروف کیوں نہ ہوں، انہیں ایک دوسرے کے لئے وقت ضرور نکالنا چاہیے خواہ اس کے لیے انہیں کسی قربانی کیوں نہ دینی پڑے۔ جب میاں بیوی دونوں گھر سے باہر کی مصروفیات میں پھنسے ہوئے ہوں تو ایک دوسرے کے لئے وقت نکالنا مشکل ہو جاتا ہے۔ ان کے پاس اتنا وقت بچتا ہے جتنا تو ان کی کہ اپنے کام سے سرائی کر اپنے رفیق حیات کی طرف بھی دیکھ سکیں۔ ایسے میں دونوں کے درمیان غیر محسوس انداز سے فاصلہ پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ دونوں ایک دوسرے سے دور ہوتے چلے جاتے ہیں اور جب تک دونوں میں کسی کو اس فاصلے کا احساس ہو، عموماً بہت دیر ہو چکی ہوتی ہے۔ ایسی صورت حال سے بچنے کا بہترین طریقہ یہ کہ منصوبہ بندی کی جائے۔ اپنے کاموں کو ایک شیڈول میں ہر روز یا کم از کم ہر ہفتہ کچھ نہ کچھ وقت ایک ساتھ مل بیٹھے کیلئے بھی نکالنے۔ سب سے اچھی بات یہ ہوگی کہ چھٹی کا پورا دن ساتھ گزارا جائے۔ ایسے صاحبان یا خواتین جنہیں چھٹی روز بھی دفتر کا کام کرنے کی عادت ہو، انہیں اس میں خصوصی توجہ دینے کی ضرورت ہے۔ غور کیجئے کہ جس ازدواجی زندگی کو بہتر بنانے کے لئے آپ یہ کھانا بنایا برداشت کر رہے ہیں، اگر وہ ہی برباد ہوگئی۔ تو آپ کی ساری محنت مشقت کس کھاتے میں جائے گی؟ ایک دوسرے کے لئے وقت نکالنا قربت کے لحاظ سے تلاش کرنا آپ پر لازم بلکہ یوں کہیں کہ فرض ہے۔

اور یہ فکر بھی مت کیجئے کہ ایک دوسرے کو وقت دینے سے آپ کی پیشہ ورانہ مصروفیات کا حرج ہوگا۔ کچھ دیر ایک دوسرے کے ساتھ ہونے سے آپ کو جو سکون اور توانائی میسر آئے گی، اس کے بل بوتے پر آپ نہ صرف اپنے ذہنی دباؤ سے نجات حاصل کر سکیں گے، بلکہ اپنی پیشہ ورانہ ذمہ داریاں بھی پہلے سے زیادہ خوش اسلوبی اور سبک دقاری کے ساتھ نبھائیں گے۔ تجزیہ کریں گے تو آپ کو معلوم ہوگا کہ خسارے کا نہیں، سراسر فائدہ کا سوا ہے۔

کبھی کبھی روٹین سے ہٹ جانے میں کوئی حرج نہیں:۔ کام کرنے والے جوڑوں کو درپیش آنے والا سب سے بڑا مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی زندگی ایک روٹین کے چکر میں پھنس جاتی ہے۔ یہ روٹین یکسانیت اور یک رنگی پر مشتمل ہونے کی وجہ سے بے حد اکتاہٹ والی ہوتی ہے لیکن چونکہ ہمارے یہاں اکتاہٹ کو کام کا ایک ناگزیر حصہ سمجھا جاتا ہے، اس لئے اکثر لوگ زندگی کو مشکل بنانے والے ایک عنصر کو "ضروری برائی" سمجھ کر نظر انداز کرتے رہتے ہیں۔ انفرادی حیثیت میں ایک یکسانیت اور اکتاہٹ کو نظر انداز کیا جاسکتا ہے (حالانکہ ہم ایسا کرنے کے بھی خلاف ہیں کیونکہ جب تک آپ اپنے کام سے لطف اندوز نہ ہوں، اسے بہتر انداز میں نہیں کر سکتے) لیکن جہاں مسئلہ دو زندگیوں اور ایک خاندان کا ہو، وہاں اسے نظر انداز کرنا دانشمندی نہیں ہوگی۔ یہ اکتاہٹ آپ کی گھر بلو زندگی پر اثر انداز ہو سکتی ہے۔ اور ایسے حالات پیدا کر سکتی ہے کہ آپ کام کے ساتھ ساتھ گھر سے بھی دور ہونے لگیں۔ ہر سمجھدار شخص یہ بات جانتا ہے کہ گھر سے دور ہونا گھر والے کے لئے کتنا خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔

اکتاہٹ سے نجات حاصل کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ کبھی کبھی اپنی روٹین سے ہٹ کر کوئی کام کر لیا جائے۔ مثال کے طور پر، بغیر کوئی پیشگی اطلاع دیئے، اپنی بیگم اور بچوں کو کہیں باہر گھمانے لے جایا جائے یا انہیں کوئی تحفہ دیا جائے (ضروری ہے کہ ایسا تحفہ کسی تقریب یا ہتھوڑ سے ہٹ کر دیا جائے)۔ اور کچھ نہیں، تو اپنے جیون ساتھی کے حصے کا کوئی ایسا کام پچھا دیا جائے کہ اس کے بوجھ میں کی واقع ہو سکے۔ ماہرین ازدواجیات اپنے پاس ایسی مشکلات لکیر آنے والوں سے اکثر یہ سوال پوچھتے ہیں جو آپ کے جیون ساتھی کی نگاہ میں لائق تحسین ٹھہرے، اور جب انہیں ایسے کسی کام کے متعلق بتایا جاتا ہے تو وہ مشورہ دیتا ہے کہ جلد از جلد یہ کام کر ڈالیے۔ ایسا کرنے سے آپ کو اپنی زندگی کی یکسانیت ختم کرنے کا موقع ملے گا اور آپ اس اکتاہٹ سے بھی نجات پا سکیں گے جو نہ صرف آپ کے کام کو متاثر کر رہی ہے بلکہ آپ کی ذہنی و جسمانی صلاحیتوں کو بھی جو تک کی طرح چٹلی ہوئی ہے۔ ماہرین نفسیات کے قول کے مطابق، انسانی جسم کو کام کی زیادتی نہیں تھکا سکتی لیکن کام سے اکتاہٹ تھکا دیتی ہے اور جو لوگ اکتاہٹ کام کرنے کے خواہشمند ہوں انہیں مشورہ دیا جاتا ہے کہ اپنے کام سے لطف اندوز ہونا سیکھیں۔ کام سے ہونے والی محنت کو آرام کر کے اتارا جاسکتا ہے لیکن اکتاہٹ سے ہونے والی محنت دائمی شکل اختیار کر جاتی ہے، سیدھے سادے طریقے سے اس سے نجات حاصل کرنا ممکن نہیں۔

(بقیہ: جیسی کرنی ویسی بھرنی نہ مانے تو کر کے دیکھ)

درمیان میں بات ہوئے ساس کے داماد اور بیٹی کے خاندان بولے کہ بس اب حالت یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ اٹھالے۔ میں نے انہیں ایک واقعہ سنایا کہ ایک بیٹا اپنے والد کے گلے میں سر دھرا ل کر گھٹیت رہا تھا تو اس میں گز کے قریب گھینٹا تو والد نے بیٹے سے کہا کہ اس سے زیادہ نہ گھینٹا اگر اس سے زیادہ گھینٹا تو ظالم ہو جاؤ گے۔ بیٹا اس اچانک جملے سے چونک پڑا کہنے لگا کیا موجودہ حالت ظلم نہیں تو باپ نے کہا کہ نہیں کیونکہ میں نے اپنے والد کے ساتھ ایسا کیا تھا اور اسے فائدہ پہنچا تھا۔ بس یہ بات سنی تھی کہ وہ داماد پھر بول پڑا کہ میری بیوی تو آپ کو نہ بتائے گی میں بتاتا ہوں کہ میری ساس نے اپنی ساس کے ساتھ بالکل یہی سلوک کیا تھا اور وہ سبک سبک کر مر گئی تھی۔

جیسی کرنی ویسی بھرنی نہ مانے تو کر کے دیکھ

دو زخ بھی ہے جنت بھی ہے نہ مانے تو مر کے دیکھ

(بقیہ: رنگوں سے خوشگوار اور تازہ زندگی کی تلاش)

اعصابیت کا مسئلہ ہو، خوف کا احساس ہو یا ناامیدی کا سامنا ہو تو زرد رنگ بکھر رہے گا۔ گلے اگر بے جھنجھکی میں ہوں، پھر باریک کی کیفیت محسوس ہو رہی ہو یا آپ آرام کرنا چاہ رہے ہوں تو اس رنگ سے گریز کیجئے۔ سبز رنگ: مثبت احساسات، صحت اور جذبہ رزم میں اضافہ کرتا ہے۔ اگر باہمی تعلقات میں کھنچاؤ ہو اور آپ سکون چاہتے ہوں تو سبز رنگ کو آزمائیے۔ نیلا رنگ: اگر ذہن کو کوئی دھچکا پیچھے یا کسی بات سے پریشانی یا خفت کا احساس ہو تو یہ رنگ ذہنی اور جسمانی سکون کا باعث ہوتا ہے اور جذبات کی شدت کو کم کرتا ہے۔ اگر سردی محسوس ہو رہی ہو اور کچھ کی چیزیں ہو تو یہ رنگ استعمال نہ کیجئے۔

گہرے نیلے رنگ: اس رنگ سے پورے جسم میں ہارمون کی کارکردگی بڑھتی ہے، تھکیل اور نفسیاتی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی بات کو واضح طور پر سوچنا چاہتے ہیں، آپ بے چین ہیں یا اپنے اعصاب کو سکون پہنچانا چاہتے ہیں تو یہ رنگ استعمال کیجئے۔ اگر آپ افسردہ اور مضطرب ہیں یا آپ کو ڈراؤنے خواب آرہے ہوں تو اس رنگ سے گریز کیجئے۔ **اودا اور دفنی:** دونوں رنگ تخلیقی صلاحیتوں، تخیل، فن کارانہ صلاحیت اور بلند خیالی میں اضافہ کرتے ہیں۔ اگر آپ کے ذہن میں ابہام ہو، ذہنی اضطراب میں مبتلا ہوں، خود اعتمادی میں کمی آجائے یا دوسروں پر اعتماد کم ہونے لگے تو یہ رنگ آزمائیے۔ **نارنجی رنگ:** ہماری جسمانی اور جذباتی توانائی میں اضافہ کرتا ہے اور بھوک بڑھاتا ہے۔ اگر کوئی شخص سستی، ذہنی اضطراب، اکتاہٹ محسوس کر رہا ہو تو یہ رنگ اچھے اثرات مرتب کرے گا۔ جنسی لذت میں کمی یا جنسی خواہش میں کمی پر بھی نارنجی رنگ کا اچھا اثر پڑتا ہے۔ اس رنگ سے طبیعت میں سرت اور شوخی کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ جب آرام کی خواہش ہو تو یہ رنگ استعمال نہ کیجئے۔ یہ اصول یاد رکھیے کہ تیز اور شوخ رنگوں سے توانائی میں اضافہ ہوتا ہے۔ مختصر یہ کہ رنگوں کے ہمارے ذہن و جسم پر مختلف اثرات مرتب ہوتے ہیں لہذا ہمیں اپنی مزاجی کیفیت اور ارد گرد کے حالات کا جائزہ لیکر رنگوں کا انتخاب کرنا چاہیے۔

(بقیہ: گرہی فروٹ کا نام سن کر منہ نہ بنائیں)

پاکستان میں دو طرح کے گرہی فروٹ عام ہیں، ایک سفید اور دوسرا سرخ۔ سرخ گرہی فروٹ، ریڈ بلڈ مالنے کی طرح زیادہ مفید ہوتا ہے، کیوں کہ اس میں لاگو چین نامی کیروٹین زیادہ ہوتا ہے۔ کیروٹین بھی مانع سرطان جز ہے۔ یہ خاص طور پر ذمہ دار، مٹھانے اور لہجے کے سرطان سے محفوظ رکھتا ہے۔ جیسا کہ بتایا جا چکا ہے، گرہی فروٹ کے پھوک میں موجود بیک ٹین سے خون میں کیروٹین کی سطح کم رہتی ہے، گویا اس طرح قلب اور فالج کے حملے کا خطرہ بھی بہت کم ہو جاتا ہے۔ لاگو چین اور لیوٹین جیسے اجزاء جسم کوئی طرح کے سرطان سے محفوظ رکھتے ہیں تو اس میں موجود حیاتین ج جسم میں مضر سالموں، فری ریڈیکلو کے حملوں سے جسم کے خلیات کو محفوظ رکھتا ہے۔ کیروٹین کی سطح کم رہنے سے شریانیں کھلی اور صاف رہتی ہیں اور ان میں چربی کی تہ جے نہیں پاتی۔

Experience the Excellence



Nafees
Bakeries & Restaurants

عقبقرى الحمد للہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔